



**OLYS
VAKEN**

Om opplegget

Lys våken

Lys våken er et overnattingsopplegg i kirken for 11-åringene. De fleste menigheter gjennomfører Lys våken natt til første søndag i advent.

Navnet Lys våken handler ikke om at vi skal være våkne hele natta, men at vi skal være våkne overfor det som skjer i oss og rundt oss. Vi skal være våkne overfor Gud, hverandre og oss selv. Ikke minst kan vi oppleve at Gud er Lys våken for oss. Advent handler jo nettopp om lyset som kom til verden. Dette skal vi feire – i tillegg til at 1. søndag i advent markerer starten på et nytt kirkeår.

Lys våken er utarbeidet av kirkerådet i samarbeid med menigheter og organisasjoner.



STØRST AV ALT



DEN NORSKE KIRKE

Ved spørsmål eller innspill, ta kontakt med Silke Pahlke i Kirkerådet: sp259@kirken.no



Innhold

Om opplegget.....	2
1.0 Planlegging	5
1.1 Generelle tips i planleggingen	5
1.2 Invitasjon	7
1.3 Tidsplan fra lørdag kl 12	9
1.4 Tidsplan fra lørdag kl 16	10
1.5 Tidsplan, uten overnatting	11
1.6 Sikkerhetsprosedyrer og risikoanalyse.....	12
1.7 Informasjon til nattevakter - eksempeltekst.....	14
1.8 Forberedelse av tema: lys våkne samtaler.....	15
1.9 Foreldre og ledersamling.....	20
1.10 Inkludering og tilrettelegging	24
1.11 Evaluering	24
1.12 Invitasjon til Kode B.....	24
2.0 Aktiviteter.....	25
2.1 Lys våkne leker og aktiviteter	25
2.2. Stasjonsløype.....	27
2.3 Vandring i kyrkjerommet.....	30
2.4 Besøk på kirkegården	34
2.5 Fredslyset	35
2.6 Filmrommet.....	36
2.7 Bibelknast	36
2.8 Mat	36
3.0 Gudstjeneste og samlinger.....	37
3.1 Kveldssamling	37
3.2 Morgensamling.....	38
3.3 Tidebønn.....	39
3.4 Gudstjenesteverksted	41
3.5 Gudstjenesteliturgi.....	43
4.0 Lys våken-sangen.....	50
4.1 Alternativ lys våken sang fra Bragernes menighet.....	52
5.0 Innhold og tema	53
5.1 Lys våken for hverandre – velg selv.....	53
5.2 Lys våken for verden.....	56



5.3 Lys våken for miljøet, aktiviteter, leker og sanger	64
5.4 Misjon	66
5.5 Samiske perspektiv	66
5.6 Jeg sa det i går	66
5.7 Kristuskransen	66
5.8 Fortellerhansken.....	67
5.9 Gudsbilder	67
5.10 Fra krybben til korset	68
5.11 Kongen.....	74
6.0 Bibelfortelling, andakt og preken	78
6.1 Lys i bibelen	78
6.2 Jakobs drøm	79
6.3 Gud taler til Samuel.....	82
6.4 Andakt om lys og farger	85
6.5 Lyssporandakt.....	86
6.6 Andakt om adventskransen.....	88
6.7 Tekstgjennomgang: Jesus som tolvåring i tempelet	90
7.0 Kommunikasjon	93
7.1 Logo og grafisk profil	93
7.2 Filmer.....	93
7.3 Materiell	93



1.0 Planlegging

1.1 Generelle tips i planleggingen

Planlegging

Temaer, tekster og aktiviteter for Lys våken må velges lokalt. Velg helst ikke mer enn én tekst og ett tema! All innhold kan lett knyttes til advent, men også til en annen tid i kirkeåret.

Mange Lys våken-aktiviteter og temaer passer fint til andre tider i kirkeåret. Tips til opplegg i pinse, påske eller høsttaketiden, eller rundt temaet kirkeåret, nattverd eller dåp: Sølvi Dahle, Heide Thorsen, Leif Arne Økland; *Bli kjent i kirken*, 2014; IKO-forlaget eller let etter ideer i ressursbanken.

Lag en invitasjon

Se punkt 1.2 Invitasjon

Inviter andre allerede under planleggingen

Inviter voksne fra menigheten, f.eks. til kveldssamlingen, til å lese eller fortelle noe. Eller inviter noen med spesielle interesser og kunnskap, eller engasjerte mennesker med spesielle ferdigheter eller engasjement, f.eks. for miljøet.

Husk også å involvere menighetens barnegrupper, kor og andre i planleggingen og gjennomføringen av Lys våken. Det skaper større eierskap og kan bidra til rekruttering til kontinuerlige tiltak.

Skal dere samarbeide med en speidergruppe så er det fint å ta i bruk fredsløset, se under Aktiviteter.

Ledersamling

Ressurser til en ledersamling finner du i dokumentet Velg selv til foreldre og ledere. Hå også gjennomgang av sikkerheten, husk det handler ikke bare om rutiner, men også om holdninger, varsomhet og grenser. Du finner mange tips til både rutiner og samtaler i ressursbanken.

Barns medvirkning

Gi rom for barns medvirkning. Medvirkning handler ikke om å gi barna mange valg. Barns medvirkning handler i stor grad om å lytte og om å la barnets stemme bli hørt. Barns medvirkning handler om at det enkle barn føler seg verdsatt og får kjenne at sin stemme teller med. Barns medvirkning handler om de voksnes holdninger overfor barnet, som anerkjenner barna som likeverdige og troende subjekter med egne meninger og uttrykk.

Inviter gjerne barn og ungdomsledere allerede under planleggingen og gi rom for medbestemmelse. Planlegg helgen godt, men ha rom for endringer og dropp planlagte programpunkter når behov for endringer oppstår.

Hjemmet og familien

Møtet med barna under Lys våken gir mange muligheter for å hjelpe til trosopplæring i hjemmet. Inviter for eksempel til en liten foreldresamling om tweens i forbindelse med levering av barna. Se ressurser under FORELDRE- OG LEDERSAMLING.

Det kan også være hensiktsmessig å snakke med foreldrene om gudstjenesten. Hvis dere skal feire nattverd under gudstjenesten er det en fin anledning å tematisere det også.

Tenk gjennom hva barna tar med seg hjem, både av inntrykk, opplevelser, nye tanker og ting. Jo mer foreldre vet om innholdet i Lys våken, desto lettere er det for barn og foreldre å snakke om det hjemme. Ting barna får under samlingen kan hjelpe til slike samtaler, som kristuskransen, Kirkens Nødhjelps adventskalender eller ting barna har laget. Lag for eksempel et enkelt ark med sanger og bønner dere bruker.



Velkomst og den gode starten

Det første møtet betyr veldig mye, både for barn og foreldre. Tenk – sammen med lederne - gjennom hvordan dere tar imot barna og foreldre. Sørg for at barna føler seg sett og trygge. Noen har kanskje ikke overnattet hjemmefra, noen er usikre, noen kjenner ingen av de andre, noen krever mye oppmerksomhet, noen bare glir inn i mengden. Alle kommer med sitt og forskjellige behov. Organiser registreringen, garderoben, lagring av soveposene og annet godt slik at noen har tid og ro til å ta imot barna til en god start.

Lag gjerne noen avtaler i starten. Start i våpenhuset – rommet hvor man legger fra seg våpnene. Hvilke «våpen» bærer vi med oss i dag? Stygge ord og stygge tanker, holdninger eller kanskje mobiltelefonen? Dere kan enige om en avtale og skrive en stor plakett dere henger opp synlig for helgen.

Advent og nyttårsfest

Lys våken arrangeres i de fleste menigheter natt til første søndag i advent, altså ved inngangen av kirkeåret. Derfor er det naturlig at arrangementet får et adventspreg og det er morsomt med en nyttårsfeiring.

Skap adventsstemning: Lag adventspynt, lys og stjerner. Lag en adventskrans sammen som brukes under gudstjenesten.

Nyttårsfeiring: Pynt gjerne middagsbordet, og vurder om det skal være noen taler eller sanger. Bruk godteri eller frukt og nøtter og champagnebrus. En kan sende opp rispapirballonger eller lage snølykter. Etter gudstjenesten, kan alle få et stjernesudd og et glass champagnebrus.

Bønn

Lys våken handler om å være våken overfor hverandre, verden, seg selv og Gud. Derfor bør bønn og forskjellig bønnep praksis være en del av helgen, spesielt bordbønn og bønn under kveldssamlingen. Gi gjerne ulike eksempler å be på, be høyt sammen, men uten press og inviter til stille bønn.

Stjernehimmel

En fantastisk effekt under kveldssamlingen: Stjernehimmelen lages av arket som blir igjen når gullstjernene er fjernet fra klistremerkeark. Dette kan klistres til et stor ark og legges på overhead, hvis fortsatt tilgjengelig. Eventuelt bruke en lampe med stjerneeffekter, som finnes som god-natt-lampe.



1.2 Invitasjon

Lag en fin og innbydende invitasjon til Lys våken!

Her er noen tips og tanker!

- Hva vil du si? Hva er det viktigste som skal formidles?
- Skriv kort. Lag en overskrift som gjør det lett å forstå hva resten av budskapet dreier seg om.
- Skriv hovedpoenget først. Noen har som tommelfingerregel at teksten kan forkortes med 50 prosent uten at essensen forsvinner. Prøv selv.
- Overskrift og mellomtitler (overskrift til hvert avsnitt) er fine veivisere i teksten. Fakta om dato, klokkeslett og sted kan du gjerne sette inn i en tydelig ramme. Slik får leseren med seg det viktigste, uten å lese hele teksten.
- Del opp teksten i korte avsnitt, på rundt fem linjer. Bruk gjerne punktlistor. Hva, hvem og hvor er en god måte å sette opp teksten på.
 - HVA: Beskriv hva som skal skje.
 - HVEM: Hvem er arrangementet ment for? Kan mottakeren av invitasjonen invitere med seg noen – i tilfelle hvem?
 - HVOR: Fortell om tidspunkt, sted (bruk gjerne kart) og påmeldingsfrist.

Andre momenter:

- Gjør de enkelt for leseren. Inviter til/beskriv bare ett tiltak per invitasjon/plakat.
- Vis til et nettsted for mer utfyllende informasjon, om for eksempel innhold eller generell informasjon om kirkens trosopplæring.
- Koster det noe å være med?
- Tilrettelegging: «Har barnet spesielle behov, så vennligst gi beskjed». Husk også å nevne det som allerede gjøres for å legge ting til rette, for eksempel servering av glutenfri mat.

Hvordan

- Det vi inviterer til er viktig for medlemmene i Den norske kirke. Vær entusiast. Ha tro på det du presenterer, og vis det i teksten.
- Vi er stolte av å invitere til...
- Gå ikke glipp av ...
- Det er en glede for oss å invitere ...
- Vi gleder oss til å se deg.
- Tårnagethelg ble en stor opplevelse for dem som deltok i fjor.

Bruk et inviterende språk. Kan du sitere noen som har vært med tidligere?

- «Dette var en kjempefin dag for hele familien vår, og ikke minst Ida på fire».
- «Vi ser fram til å oppleve dette en gang til!».
- «Jeg håper mange ser hvor kjekt det er å samles på denne måten.»
- «Den beste kvelden i mitt liv» Lasse, 11 år (dette sitatet er hentet fra en avisartikkel om Lys Våken)
- Unngå byråkratiske og indrekirkelige begreper. «Trosopplæringsreformen som ble vedtatt i Stortinget...». Slike formuleringer skaper bare avstand til leseren.

Husk alltid:

- Kilden til adresseregisteret som er brukt, når du sender brev: «Denne invitasjonen sendes alle som er registrert som medlemmer eller tilhørende (hvor én av foreldrene er medlemmer) i Den norske kirke.»



- Inviter til spørsmål og tilleggsinformasjon: «Hvis du har spørsmål, må du bare ringe meg eller sende en epost»
- Hvordan interesserte melder seg på, og ikke minst hvordan leseren kan få vite mer.
- Henvis til menighetens nettsted.
- La alltid en annen lese gjennom det du har skrevet. Alle kan taste feil. Skrivefeil er veldig skjemmende for inntrykket.

Utforming

- En invitasjon er et møte med medlemmet og kirken. Møtet som oppstår er med på å danne et inntrykk av kirken, som i sin tur gjør noe med omdømmet.
- Farger og bilder øker oppmerksomheten. Gode bilder gir invitasjonen et løft.
- Husk å få tillatelse fra foresatte dersom det er bilde av lett gjenkjennelige barn og unge. Det er ikke nødvendig å innhente tillatelse når det er et gruppebilde eller oversiktsbilde, der ingen spesiell person er framhevet.
- Oppgi fotografens navn.
- Farget tekst reduserer lesbarheten. Farger brukes i titler eller som bakgrunn i en faktaboks. Viktig informasjon kan framheves ved **fetere** skrift eller understreking.
- Unngå å bruke standardillustrasjoner, smilefjes og andre forslitte symboler.
- Hold deg til noen få skrifttyper.
- Framhev viktig informasjon med halvfet skrift, eller lag en tekstaboks med fakta.

Trykksak

På nettsiden trykksak.kirken.no kan man kostnadsfritt lage brosjyrer og plakater i Lys våken-profil.



1.3 Tidsplan fra lørdag kl 12

LØRDAG

12:00: Velkommen/registrering/telefonsjekk. Utdeling av T- skjorter

12.15: Bli kjent-leker

13:00: Lunsj

14:00: Bli kjent med kirken

15:00: Utelek (hvis været tillater det)

16.15: Fruktpause

16:30: Tema/tekst/gudstjenesteverksted evt i grupper

18.00: Nyttårsfestmiddag

19:15: Tema/tekst/gudstjenesteverksted (fortsetter) eller samtaletid

21.00: Kveldsmat

21.30: Filmvisning

22.00: Nyttårsmarkering

23.00: Kveldssamling

00.00: Ro for å sove

SØNDAG

08:00: Vekking med orgelmusikk

08:30: Frokost

09:00: Rydding

09.30: Øvelse til Gudstjeneste/pynting av kirka

11:00: Festgudstjeneste

12.00: Kirkekaffe. Her kan man vise bilder eller film fra lørdagen



1.4 Tidsplan fra lørdag kl 16

LØRDAG

16:00: Velkommen/registrering/telefonsjekk. Utdeling av T- skjorter.

16.15: Bli kjent-leker

17:00: Bli kjent med kirken

18.00: Nyttårsfestmiddag

19:15: Tema/tekst/gudstjenesteverksted

21.00: Kveldsmat

21.30: Filmvisning

22.00: Nyttårsmarkering

23.00: Kveldssamling

00.00: Ro for å sove

SØNDAG

08:00: Vekking med orgelmusikk

08:30: Frokost

09:00: Rydding

09.30: Øvelse til gudstjeneste/pynting av kirka

11:00: Festgudstjeneste

12.00: Kirkekaffe. Her kan man vise bilder eller film fra lørdagen.



1.5 Tidsplan, uten overnatting

LØRDAG

12:00: Velkommen/registrering/telefonsjekk. Utdeling av T- skjorter.

12.15: Bli kjent-leker

13:00: Lunsj

14:00: Bli kjent med kirken

15:00: Utelek (hvis været tillater det)

16.15: Fruktpause

16:30: Gudstjenesteverksted/tema (evt i grupper)

19:15: Nyttårsfestmiddag

SØNDAG

09.30: Ankomst kirken

09.40: Øvelse til Gudstjeneste/pynting av kirka

11:00: Festgudstjeneste

12.00: Kirkekaffe. Her kan man vise bilder eller film fra lørdagen



1.6 Sikkerhetsprosedyrer og risikoanalyse

Sikkerhetsprosedyrer

Før dere arrangerer Lys våken, må dere foreta en risikoanalyse. Tenk igjennom hva som kan gå galt, hvor sannsynlig det er og hva dere kan gjøre for å unngå dette. Å foreta en slik analyse gjør dere som arrangører oppmerksomme og bevisste på hvilke utfordringer dere har. Alle i ledergruppa og alle frivillige må sammen gå igjennom hvilke rutiner dere har blitt enige om å ha for skader, katastrofesituasjoner, varsling av brann eller liknende. Lag egne «Vær våken-plakater» for helgen, som dere kan henge opp i kirken. Her kan dere skrive opp prosedyrer og regler dere har blitt enige om. Husk at alle ledere må ha telefon, nødnumre og nummer til foreldre/foresatte tilgjengelig til enhver tid.

Brann

God dokumentasjon på brannvakhold er en forutsetning for å arrangere overnatting i bygg som i utgangspunktet ikke er beregnet på det. Arrangøren må melde fra til det lokale brannvesenet og dokumentere hvem som skal sitte vakt og når. Det må også opplyses om hvor mange barn som skal sove over, og om hvordan arrangementet er organisert. Kirken må dessuten ha et fungerende alarmsystem. NB! Her kan det være lokale variasjoner. Ta kontakt med kirkeverge/Kirkelig fellesråd og informer om arrangementet.

Kommunikasjon i krise-situasjoner

Skulle det oppstå en krise, der media blir interessert, er det lurt å ha en pressekontakt som tar seg av alle henvendelser. Pressekontakten skal være en ansatt. Det er viktig at pressekontakten er den som har all kontakt med media, og at denne fortløpende har kontakt med kirkeverge og representant fra bispedømmet. Frivillige ledere og deltakere må skånes fra å snakke med pressen.

Mot vold og seksuelle overgrep

Rutiner, beredskapsplaner og politiattest: se ressurs i ressursbanken.no

Varsling til politi

Det er en fordel å si ifra til politiet at dere skal være i kirken hele natten, slik at de er klar over det.

Risikoanalyse

Diskuter hva som kan oppstå av farlige forhold under arrangementet.

- Hva kan disse farlige forholdene føre til?
- Er det tenkelig eller sannsynlig at en uønsket situasjon kan oppstå?
- Hva har dere iverksatt av forebyggende tiltak?
- Hva kan foreslås som forbedringstiltak?

Eksempel på områder dere kan velge å vurdere:

- Aktiviteter/rutiner
- Utstyr
- Bygningsmessige forhold
- Det ytre miljøet
- Det indre miljøet
- Farlige produkter



Bruk skjemaet til å notere ned svarene dere blir enige om i risikoanalysen.

Gruppe: _____ Antall deltakere: _____ Område: _____

HVA KAN OPPSTÅ AV FARLIGE FORHOLD?	Sannsynlighet			Konsekvens			HVA KAN VI GJØRE? Beskriv tiltak for å redusere sannsynlighet evt. konsekvens (rutine, teknisk) for risikoen
	1	2	3	1	2	3	



1.7 Informasjon til nattevakter - eksempeltekst

Hei og takk for at dere kan bidra til gjennomføring av Lys Våken!

Uten dere ville det ikke vært mulig å gi 11-åringene den spennende opplevelsen det kan være å overnatte i kirka!

Dere 2-timer nattevakt hver. Skjemaet under viser en oversikt inkludert informasjon som kan variere litt fra vakt til vakt. Telefonnummer er tatt med i tilfelle noen blir forsinket eller lignende.

Klokkeslett	Vakter	Spesielle oppgaver
Kl 00-02	navn mobilnr	Legging sammen med hovedleder og 4 ungdomsledere
Kl 02-04	navn mobilnr	
Kl 04-06	navn mobilnr	
Kl 06-08	navn mobilnr	

Om rammene:

Barna sover i kirkerommet. Det er mulig å sove i alterrommet, foran i kirken, i midtgangen på en side (sørg for at det er mulig å komme seg forbi), oppå benkene er også greit, men ikke imellom (varmeovnene under benkene er på). Vi deler inn i en gutte- og en jenteside. Hovedleder og minst én voksen til sover også i kirkerommet

Hovedleder kan vekkes hvis det oppstår behov for å ringe foreldre eller hvis spesielle/ alvorlige situasjoner oppstår.

Dåpssakristiet (bak altret) er lederrom. Der vil det være kaffe/te/vann, frukt, godis og noen aviser. Er det mye uro er det viktig å oppholde seg i kirkerommet til det blir stille.

Når dere kommer:

- Kort overlapping med tidligere vakter om:
- Tips/hvordan det har vært/ting å være obs på
- Brannvernsrutiner og bli kjent med bygget (nødutganger hovedinngang og sakristi) og slokkingsutstyr.

Generelt fokus for dere er:

- Brannvern
- Passe på at 11-åringene er trygge hvis de skulle våkne
- Passe på at det er stille i kirkerommet slik at det er mulig å sove
- Hovedinngangsdør skal være låst, døra til sakristi kan være åpen

Viktige telefonnummer:

- Nødetater (brann, politi, ambulanse/legevakt)
- Hovedleder
- Kirkeverge/daglig leder
- Andre



1.8 Forberedelse av tema: lys våkne samtaler

Filosofisk samtale med born

Skrevet av Barne- og ungdomsfilosofene (BUF) og Ung Kirkesang

Lys vakne samtalar!

Du kan førebu samtalar ved å lage spørsmål til konkrete ting som ein bibeltekst, ein song, eit motiv i eit glasmaleri osv. Eller du kan ta det spontant ved å gripe eit spørsmål som kjem frå borna. Vel ein eller fleire konsentrerte samtalar i løpet av tida de er samla. Klargjer spørsmålet så alle skjønar kva de skal søkje svar på saman.

La borna sine perspektiv dominere samtalen. Vis at de som leiarar er viljuge til å ta alle svar på alvor og saman med borna undersøkje spørsmål og moglege svar. La dine egne meiningar liggje, konsentrer deg om å få fram borna sine idear og deira innsikt. Sjølv når utsegnene frå borna provoserer deg må du klare å avstå frå å sensurere eller vise til sanningar. Ha tiltru til borna sine sjølvstendige vurderingar! Borna vil sjølve gjennom samtalen avdekkje om provoserande utsegner kan grunngjevast eller ikkje.

Hjelp borna til å vri samtalen frå konkrete utsegner som "Det er urettvist!" til meir allmenngyldige problemstillingar som "Kva er rettferd? Kva for handlingar er gode? Kva for handlingar er vonde?". Ved å tenkje på denne måten vert evna til å utfalde tankane sine utvida og opna hjå borna. De skapar òg sterkare band mellom deltakarane.

Dei aller fleste vert både engasjerte og svoltne på meir kunnskap. Ikkje hald på for lenge. Å tenkje er hardt arbeid, nokon kan kjenne på hovudverk (denne vil gå over med ein gong de er ferdige!). Ein slik samtale kan vare frå 10-30 minutt dei fyrste gongene og seinare utvidast etterkvart som erfaringa veks. Er de mange kan de dele inn i grupper på 10-15 born om gongen.

Ved å:

- Lytte nøye til kvarandre
- Snakke ein om gongen
- Involvere alle
- Oppsummere og klårgjere undervegs skapar de ei sterk samkjensle om samtalen

Framlegg til emne som høver til førebuingane til 1. sundag i advent:

- Lys og mørke (Jesus, verda sitt ljøs, ljøset som skin i mørkret)
- Forventingar til Jesu nærvere (undersøkje skilnadane mellom forventing og von/ynskje/vente)

Det er fint å variere mellom samtalar og aktivitetar. Gjennom aktivitetar som å teikne, skrive, dikte, danse, syngje dramatisere osv. gjer borna det dei samtalar om konkret. Ved å til dømes å sløkkje ljøset og nytte lommelykter eller levande ljøs vert det straks andre tankar og spørsmål som kjem fram. Ved å saumfare alvertavla bit for bit med lommelykt, får borna auge på detaljar dei ikkje har sett frå kyrkjebenkene i fullt dagslys.

Me har skildra samtaleforma og metoden for filosofisk samtale nærare.



Det viktige ved å stille spørsmål

Alle menneske undrar frå tid til anna. Born er kjende for å undre seg mykje. Dei har det med å stille "djupe" spørsmål som dei vaksne som regel har store vanskar med å svare på. Her er nokre døme på slike spørsmål:

- Kvifor vert me egentleg sjuke?
- Kva skjer med oss etter me døyr?
- Om Gud skapte verda, kven skapte Gud?
- Kvifor er det så mykje urettferd i verda?
- Kva er det som gjer at noko er fint og noko er stygt?

Det er ikkje det minste rart at born undrar seg. Verda er ny og framand for dei, og dei har eit ynskje om å skjønne alt det rare dei opplever: ting i naturen, skikkar og tradisjonar – og ikkje minst den rare opplevinga av å vere seg sjølv! Med sine spørsmål freistar dei så godt dei kan å lage orden i alle inntrykka. Sidan me vaksne ikkje har svar på alle dei filosofiske spørsmåla borna set fram, går me ofte forbi dei i stille. Men me gløymer at alle stiller slike spørsmål – vaksne så vel som born. Me treng desse spørsmåla for å kunne orientere oss i ei samansett og uoversynleg verd. Me treng å jobbe saman for å finne moglege svar på desse spørsmåla når born og unge undrar over trua si, over det dei les, høyrer i kyrkja osb.

Debatt versus samtale

Mange føretrekk underhaldande debattar på tv framfor tankefulle og langsame samtalar om djupe spørsmål om livet. Tv-debattane er kjappe og tevlingsprega, dei held høgt tempo og vert ofte krydra med fleip og usaklege ytringar. Born og unge lærer tidleg at når me set oss ned for å diskutere er det først og fremst for å overtale dei andre om at mine meiningar og mine svar er dei rette. Dei lærer at det er lov å gå til åtak på personen framfor saka, dei lærer ironi i staden for å ta det motsette synet på alvor. På skulen treff dei ofte "fasit" frå lærarar som set punktum for undringa med eit vakse syn eller pensum si sanning som svar.

Filosofisk samtale bryt med heile denne debattkulturen. Det er ingen fasitsvar i dei filosofiske samtalanene. Her er det vegen fram til dei moglege svara som er det viktige. Det handlar om å kome med klare tankar og gode framlegg til svar på spørsmåla, førebelse hypotesar som kan hjelpe oss vidare i vår felles undring og undersøkingar. I motsetnad til debatten, står me kvarandre i den filosofiske samtalen. Me hakkar ikkje laus på kvarandre for å syne at "eg er best og flinkast". Når éin grunnjev eit argument eller eit døme, held me det som ei "gåve" til gruppa: Takka vere ho eller han har me fått ein ny tanke å arbeide med! Og som med alle andre gåver tek me imot alle gode framlegg med takksemd, anten det talar for eller mot mi eiga personlege overtyding.

Samtaleleiaren si oppgåve

Både debattstyraren og samtaleleiaren må vere dyktige ordstyrarar. Dei må halde orden på innspela etterkvart som dei kjem, og dei må hente samtalen tilbake til temaet om den sporar av. Ein "vanleg" ordstyrar nøyer seg ofte med å føre talemåte, og gje ordet til deltakarane i riktig rekkjefølgje. Ein "filosofisk" ordstyrar er ikkje så oppteken av talemåte, men av at det er samanheng mellom innspela, at deltakarane legg den same tydinga i orda dei nyttar, at argumenta er logisk gyldige, at eksempla er relevante og at deltakarane er til stades i samtalen; at alle høyrer på kvarandre.

Å leie ein filosofisk samtale handlar difor om å ta ansvar for at samtalen er målretta og forståeleg for alle. I ein filosofisk samtale er det deltakarane sine eigne tankar som skal fram. Me undersøker kvifor deltakarane tenkjer og trur som dei gjer, dvs. kva grunnar dei kan stadfeste utsegnene



sine med. Ein viktig jobb samtaleleiaren har er å hjelpe deltakarane til å kome med så gode grunnar som mogleg. For å få det til, må me hjelpe dei å formulere seg klart og tydeleg, og til å lytte med merksemd til dei andre deltakarane i gruppa. Det krev at me går aktivt inn frå start og leier samtalen ved hjelp av undersøkjande spørsmål.

For å styre samtalen må me vere særers merksame – heile tida. Me må lære oss å lytte til det deltakarane faktisk seier. Me må venje oss til å ta deltakarane på ordet i staden for å gjette oss til kva dei kan ha meint med det dei sa. For å få til dette, må me roe ned tempoet i samtalen. Me må ha tid til å dvele ved enkeltpåstandar. Av same grunn må me kanskje avbryte nokon om dei pratar for mykje, eller snakkar forbi temaet. Dette er òg ein del av det å ta ansvar for samtalen.

Målet er at me saman lærer oss å tenkje betre – dvs. tydelegare, klarare og ryddigare. Så når me i løpet av samtalen treffer på feil i eksempelbruk eller slutningar, er det vår oppgåve å stille granskande spørsmål så deltakarane kan oppdage lyta på eiga hand. Me hjelper alltid deltakarane til å trekkje eigne slutningar. Me gjer aldri tankearbeidet for dei (sjølv om dette nokre gonger er særers nærliggjande og freistande, det vil du merkje). Det vil vere ei bjørneteneste, for det er heilt sentralt at deltakarane lærer seg å tenkje på eiga hand.

Korleis går me fram? Korleis leie ein filosofisk samtale?

1) Oppstart

10-15 deltakarar i gruppa er eit høveleg tal. Færre tyder berre at det er lettare å halde oversynet i samtalen. Gruppa set seg i ein sirkel eller ein hestesko. Såleis sit ingen med ryggen til kvarandre og plasseringa framhevar at alle skal vende seg til alle, ikkje berre til samtaleleiar. Me kan nytte tekstar, spørsmål, utsegner (teoriar/ hypotesar), musikkstykke, kunstverk, sams opplevingar osb., me kallar det for "hendingar".

2) Døme på bruk av hendingar for å kome i gang med samtalen

- Om me nyttar ein tekst kan det vere lurt å lese teksten saman slik at deltakarane les ei setning kvar. Slik får alle høyrd stemma si før samtalen byrjar, og det vert lettare å ta ordet seinare. Etter lesinga kan me spørje ein eller fleire om dei kan forklare essensen i det dei nett har lese. Om dette byr på problem, kan me lese teksten saman ein gong til. Kanskje det er vanskelege ord som gjer tanken uklår?
- Om me startar med eit spørsmål frå gruppa, bør det vere kort og presist så me kan gå rett på samtalen utan lange rundar med definisjonar og presiseringar. Til dømes "Kva er eit godt menneske?" eller "Kva er viktig?". Spørsmål kan fastsetjast på førehand av samtaleleiar eller det kan kome frå gruppa.
- Om me tek utgangspunkt i musikk, anna kunst eller tilrettelagt aktivitet, kan det nokre gonger vere på sin plass å seie litt om bakgrunnen for kunstverket eller aktiviteten før, under eller etter sjølve opplevinga. Men gjer det i så fall klart at gruppa ikkje er bunden av presentasjonen: Når dei seinare skal formulere eigne spørsmål står dei frie til å tematisere andre tema og avgrensingar enn dei som vart tekne opp i innleiinga.

3) Hente inn spørsmål frå gruppa

No er tida komen for å undersøkje materialet vårt. Me skal freiste å skjønne kva me har framføre oss. Det gjer me ved å hente inn spørsmål frå gruppa. Me spør om dei kan formulere spørsmål til det dei har lese, høyr, opplevd eller sett. (Om samtalen byrjar med eit spørsmål, gjev me deltakarane i



staden nokre minutt til å skrive ned kvart sitt svar på spørsmålet.) Me skriv ned dei spørsmål/ svar som kjem fram på ei tavle/ flippover så alle får best mogleg oversikt over gangen i det heile.

4) Arbeide med spørsmåla og val av eit spørsmål

Når me har fått 6-7 spørsmål på tavla, plar me vurdere dei samla: Er det nokre som handlar om det same? Er det nokon som er utydelege eller som løyner faste meiningar eller haldningar? Prosessen leier ofte til at me kan slå saman nokre av spørsmåla, eller at nokre kan strykast. Så stemmer me over kva for eit av spørsmåla me skal arbeide med i dag. Me kan ikkje samtale om alle på ein gong; me må velje eitt. Bruk vanleg avstemming/ handsopprekking.

5) Samtaleprosedyre og lengd

Når spørsmålet er vald startar samtalen og det er mange moglege vegar å gå vidare. Ein vanleg framgangsmåte er å spørje om ho/ han har eit framlegg til svar på sitt eige spørsmål. Svaret gjev så utgangspunkt for den vidare undersøkinga. Eit alternativ er å la den som fekk spørsmålet sitt vald få velje kven av dei andre deltakarane ho vil høyre svaret til. Då kan den som spurde spørsmålet vere "referanseperson" under den vidare samtalen; me kan spele ball mellom denne personen og dei andre i gruppa. (Sjekk at dei faktisk svarar på spørsmålet. Det er ikkje uvanleg at me svarar litt på sida, sjølv når me svarar på vårt eige spørsmål.) Neste steg kan vere å spørje gruppa om nokon har ei innvending eller motargument til dette svaret, eventuelt om nokon har eit argument som stør opp om svaret. Her er det viktig å passe på at den som kjem med eit innspel har skjønna svaret. Det er ikkje uvanleg at me skjønner noko heilt anna enn det som var meint, om dette ikkje vert oppdaga kjem me raskt ut på ville vegar.

Såleis er samtalen i gang. Kor lenge me held på avheng av aktiviteten og engasjementet i gruppa, av samtaleleiaren si evne til å vere mentalt tilstades over tid, og sjølvstøtt av den tida me har. I starten – medan de prøver dykk som samtaleleiarar – kan det vere greitt å ikkje halde på for lenge. Det er betre å gje seg medan leiken er god enn å tvære det ut i ei (for så vidt legitim) von om å gjere samtalen meir filosofisk innhaldsrik. Om lag ein halv time lange samtalar er truleg passeleg i byrjinga.

Ting å vere merksam på i samtalen

5a) Syt for at alle høyrer på kvarandre

Korleis går du fram for å betre lyttinga? Ved å stille undersøkjande spørsmål er det du som driv det heile framover. Dine undersøkjande spørsmål syter for filosofisk utvikling og hindrar at samtalen glir ut i "koseprat". Det hjelper ikkje om spørsmåla borna stiller er tankevekkjande om gruppa ikkje lyttar med merksemd – til samtaleleiar og kvarandre. Dei færraste er nemleg van med å lytte årvakent til andre (eller seg sjølv, for den del) – særleg ikkje når det går over tid. Viktig: når ein deltakar har sagt noko, sjekk med ein av dei andre om dei fekk med seg kva som vart sagt. Du kan til dømes spørje om dei kan ta opp att hovudinnhaldet i den siste utsegna.

5b) Éin snakkar om gongen

Når ein snakkar er det viktig at alle dei andre konsentrerer seg om å oppfatte det han/ ho seier. Difor kan det vere ein god ide å be deltakarane å ta ned hendene medan éin har ordet. Hender i vêret tyder på at dei sit og tenkjer på det dei har på hjartet nett no, og difor ikkje rettar merksemda mot den som har ordet. Dette leier i sin tur til at det vert vanskeleg å samle seg om ei systematisk utvikling i samtalen. Det er òg mogleg å nytte ein "snakkepinne"/ "mikrofon". Nytt gjerne ein blyant eller ein liten gjenstand. Berre den som har pinnen får snakke, og når deltakaren har sagt det ho/ han skal seie, gjev han frå seg pinnen til neste deltakar. Når gruppa er engasjert og ivrig kan eit grep vere å dele ut "talelappar": Kvar deltakar får 5-10 lappar frå start, og kvar gong dei tek ordet må dei gje frå



seg ein lapp. Med dette må dei tenkje over kor viktig det dei har tenkt å seie verkeleg er. Det gjer òg at dei formulerer klarare det dei seier.

5c) Bruk av handsopprekkingar

Òg i filosofiske samtalegrupper er det ofte slik at berre eit mindretal er aktive. Eit vis å engasjere resten på, er å gjennomføre handsopprekkingar på strategiske stader i samtalen. Om til dømes ein deltakar seier noko som verkar urimeleg eller utan samanheng, kan leiaren be alle som ikkje skjønna utsegna rekkje handa i vêret. Til sist rekkjer dei som ikkje er sikre på om dei skjønna eller ikkje. Spør desse siste kvifor dei er i uvisse. Det er god grunn til gå ut frå at uvisse som kjem til uttrykk gjeld for fleire enn berre dei som rakk hendene i vêret. Be ein av dei som ikkje skjønna om å forklare kva som var vanskeleg. Oppmod ein av dei som skjønna å hjelpe dei som var i uvisse eller ikkje skjønna. Ofte må fleire av dei som skjønna hjelpe kvarandre for å ta opp att argumentet eller utsegna. Alle opplever at dei må lytte aktivt for å klare å ta opp att, forstå og gå djupare inn i grunngjevingane sine.

6) Samanfating av innhaldet i samtalen

Etter å ha gjennomført samtale om eit tema, plar me samanfatte kva me har kome fram til. Dette hjelper oss til å trekkje essensen ut av ofte kompliserte samtalar med mange innspel, døme og syn – og avsporingar. Ved å samanfatte lærer me ikkje berre å skilje mellom viktig og mindre viktig, men òg å rekonstruere sjølve samtalen. Eit tips her er å be deltakarane om å gjengi 2-3 viktige moment eller funn. Ein kan òg be om 1-2 framlegg til svar på spørsmålet og spørje om dei tykte det var moglege, gode svar på spørsmålet.

7) Evaluering av korleis me snakka saman

Etter samanfatinga er det viktig å nytte 5-10 minutt til "evaluering". Her ser me attende på, ikkje kva me har snakka om (det tok me under samanfatinga), men korleis me har snakka saman, korleis kommunikasjonen fungerte. Under evalueringa ser me på samtalen i fugleperspektiv.

Spørsmål her kan vere:

- Oppdaga/ lærte me noko nytt?
- Formulerte me oss klart og tydeleg, eller var det vanskeleg å skjønne kva me meinte?
- Gav me gode grunnar for utsegnene våre?
- Var me flinke til å lytte til kvarandre?
- Bygde me vidare på det andre hadde sagt?
- Kva fungerte best i samtalen, og kva fungerte ikkje så bra?
- Kva kan me gjere neste gong me samlast til samtale?

Freist å få fram meir enn ja/ nei, få borna til å grunngje svara sine under evalueringa. Om nokon noterer, er utsegner frå 6) og 7) til nytte. Dei kan brukast i vidare arbeid.

Å nytte filosofisk samtale fleire gonger gjer alle tryggare på metoden, det skapar større engasjement og ein kan etterkvart gå laus på større material – til dømes teksten sundag og presten si utgreiing.

Lykke til med filosofiske samtalar med born og unge i trusopplæringsarbeid!



1.9 Foreldre og ledersamling

Velg selv - Veiledning til foreldre og ledere

Laget av Blå Kors

Sårbare 11-åring

Lys våken kan være første gang en 11-åring overnatter hjemmefra uten foreldrene sine, eller andre voksne en kjenner godt. Det kan føles spennende, men også skummelt. Det kan være fint å skape et rom der 11-åringene får mulighet til å snakke om hvordan de synes det er å være med på Lys våken, og får sette ord på ulike tanker og spørsmål som dukker opp. En kan for eksempel bruke filmen «Velg Selv», som er en kort film på under 3 minutter, som fungerer godt som en igangsetter for en samtale.

Samtale med foreldre

I forbindelse med Lys våken kan en ha et møte med foreldrene til 11-åringene. Det kan være i forkant for å invitere og motivere dem til å sende barna sine på tiltaket, eller når de kommer og leverer barna sine i kirken. Det kan også være at en tar en prat med foreldre eller andre frivillige som har meldt seg som hjelpeledere eller nattevakter.

Det kan være fint å informere foreldre om hvordan en har planlagt tiltaket for at det skal være så trygt som mulig, og for at 11-åringene skal føle seg trygge. En kan gjerne oppmuntre foreldrene til å si i fra dersom det er ting en bør vite om, og bed dem om å forberede barna sine hjemme på hva som skal skje. Hvis en har tenkt å bruke filmen «Velg selv» på Lys våken, kan den vises til foreldrene, slik at de vet hva som skal skje. En kan også sende dem lenken til nettsiden for filmen: velgselv.no.

Foreldre og andre frivillige bør gjøres kjent med hvilke regler som gjelder på tiltaket, og hva en skal gjøre dersom noe uforutsett skjer. For å vise at en tar de frivillige på alvor og at en setter krav til hvordan de skal oppføre seg, kan de få utdelt et egenerklæringskjema som de skal signere på.

Velg selv

Filmen fra velgselv.no kan brukes på mange måter, til å tematisere ulike spørsmål sammen med 11-åringene på Lys våken.

Fortellingen om da Jesus som 12-åring var alene i tempelet uten mor og far kan også være fin å bruke, fordi det er en fortelling de kan kjenne seg igjen i.

Forslag til spørsmål etter filmen for å sette i gang samtalen:

- Hva la du mest merke til i filmen, hva fikk filmen deg til å tenke på?
- Dette spørsmålet er ment å sette i gang refleksjon hos 11-åringene, og kan gi lederen en pekepinn på hva de er opptatt av, og hva det kan være fint å snakke om.
- Hva kan du snakke med voksne om som er vanskelig? Har du noen voksne du stoler på?

Dette trenger de ikke å svare høyt på, men kan bare tenke litt på inni seg. Hvordan en bruker dette spørsmålet avhenger litt av hvor godt en kjenner 11-åringene, og hvor trygge de er på hverandre. Det er viktig at en ikke legger opp til at de utleverer noe som er privat, som kan bli ubehagelig for dem selv eller de andre at de forteller.

Kan du komme på noen situasjoner der det er bra at barn velger selv, og ikke gjør som de voksne/foreldrene sier?

Barn lærer gjerne at de skal være lydige mot sine foreldre og andre voksne. Men det er ikke alltid riktig. Med dette spørsmålet tenkes det særlig på at foreldre eller andre voksne kan presse barn til å



gjøre noe som de ikke vil selv. I de fleste situasjoner handler presset om noe som tross alt ikke betyr så mye, men det kan også handle om situasjoner som barn opplever som utfordrende. For eksempel kan det være voksne som gir uønskete klemmer eller andre former for uønsket fysisk berøring. Det kan handle om situasjoner der foreldre utviser dårlig dømmekraft, f.eks. fordi de er syke eller påvirket av alkohol e.l. Noen ganger kan foreldre bruke barn som et pressmiddel mot den andre forelderen, eller tidligere partner. Da kan det være behov for at det er barnet som er «den voksne».

Forslag til temaer en kan snakke om etter å ha sett filmen sammen:

- Dumme voksne
- Mobbing
- Skjermtid
- Kjærester
- Dårlig samvittighet
- Kroppspres
- Grenser
- Rus
- Gruppepress

Tips til aktiviteter knyttet til filmen finner du på: velgselv.no

Til deg som er leder på Lys våken

I oppveksten er en avhengig av å ha kloke og trygge voksne rundt seg for å lære å takle de utfordringene en møter. Alle barn og unge er sårbare. Noen har av ulike grunner særlige utfordringer i hverdagen. Hva kan voksne bidra med som 11-åringene kan ha behov for når de deltar på Lys våken?

Velg selv

Gjennom å stille åpne spørsmål og la barna få undre seg sammen, kan en hjelpe dem til å knytte troen og livet sammen. Det kan være viktig at lederne kommuniserer til 11-åringene at de på mange områder i livet er store nok til å ta egne valg. En kan vise respekt for at de prøver å skape sin egen identitet og finne ut av hvem de er. Samtidig kan en fortelle dem at de ikke behøver å finne ut av alt selv. Hvis de våger å spørre en voksen som de stoler på, kan en få god hjelp. Det meste vil være enklere hvis en tar gode valg sammen med andre, så slipper en å stå alene.

Samtale i trygge rammer

Å skape trygge rammer for en samtale er avgjørende hvis man vil ha en åpen refleksjon sammen med 11-åringene. Trygge rammer handler blant annet om å ha et godt rom å være i, om å skape trygghet i gruppen, og om tydelige og trygge voksne som leder samtalen.

Et godt rom å være i kan være et ryddig og vakkert rom som er møblert på en innbydende måte, gjerne med et lite bord med hvit duk, et tent stearinlys og en oppslått bibel, plassert slik at alle kan se det. Det må være et sted uten for mye støy og forstyrrelser. Hvis gruppen blir urolig og ufokusert, kan det være fordi noe i rommet oppleves utrygt. Da kan en prøve å endre på noe, som måten stolene er plassert på eller at de voksne sitter i stedet for å stå, eller at en sier eller gjør noe for å gi gruppen hjelp til å falle mer til ro. Uro kan handle om at en er sulten, eller at en tenker på noe uvanlig som har hendt, eller at en av andre grunner ikke er motivert for denne samtalen her og nå. Samtalen bør være i en gruppe som ikke er større enn at alle kan få si noe.

Hvis en åpner opp for å snakke om sårbare temaer, vil det alltid være en risiko for at noen forteller



for mye, og snakker om noe som er for privat til å dele i en gruppe. Det kan en forebygge gjennom å lage noen enkle regler sammen for hvordan en vil at samtalen skal være. For eksempel kan reglene være at ingen kan fortelle videre det som noen andre har sagt, at en skal vise hverandre respekt, at de voksne som leder samtalen har lov til å avbryte slik at alle får snakke, og at en må rekke opp hånden hvis en vil si noe. En kan også sende rundt en gjenstand, og si at det bare er den som holder gjenstanden som har lov til å snakke. Og det er lov til å sende den videre uten å si noe. Hvis man på forhånd kjenner til noe som gjør det ekstra krevende for en eller flere i gruppen å snakke om et tema, kan det være lurt å snakke med foreldrene på forhånd, og gjerne ha en kort prat med den det gjelder i forkant av gruppesamtalen.

Å skape tillit kan være en prosess som tar tid. Barn tester grenser, og prøver om voksne er til å stole på. Tydelige og trygge voksne har et avklart forhold til sin egen livsfortelling, og kan kjenne igjen de følelsene som dukker opp i en selv når en leder en samtale. Det kan blant annet handle om en følelse av avmakt fordi en ikke får til den samtalen som en har ønsket seg. Da kan det være bedre å avslutte samtalen tidligere enn tenkt, enn å bli oppkavet og snakke med høy stemme. Eller det kan handle om at én i gruppen kommer med en sårende kommentar til en annen i gruppen, eller om sårende blikk. Da kan gruppelederne bli sinte fordi en identifiserer seg med den som utsettes for kommentarene eller blikkene. Og da er en ikke i stand til å ta tak i det på en konstruktiv måte. Derfor er det fint å være flere ledere sammen, slik at en kan hjelpe hverandre underveis i samtalen for å forstå hva som skjer, og kunne snakke sammen om det etterpå. Det er en måte å lære å bli en bedre gruppeleder på. Noen kan finne ut at de ikke eegner seg for å lede denne typen samtaler. Det er også en form for læring. Da kan en overlate denne oppgaven til andre.

Noe av det som kan oppleves mest utfordrende, er å få til en samtale som handler om noe annet enn at gruppen prøver å svare korrekt på ledernes spørsmål. I mange sammenhenger er barn vant til at voksne stiller spørsmål som handler om at de skal gjette hva den voksne tenker på. Det kan ta tid å skape trygghet for at lederne faktisk ønsker at medlemmene i gruppen skal si det de selv mener, og svare kun utifra seg selv. Det er noen ting en kan si i starten av samtalen som kan være til hjelp, for eksempel «Jeg vet ikke alt bare fordi jeg er voksen, vær gjerne uenig med meg! Jeg kan ikke vite hvordan det er å være deg.» Og «du kan spørre om alt, og jeg skal prøve å svare så godt jeg kan. Men det er ikke sikkert jeg kan svare på alt.»

Forebygging og beskyttelsesfaktorer

Det finnes mye forskning på oppvekst, og på hva som bidrar til økt livskvalitet og hjelp til å takle de utfordringene som livet gir. Når flere av disse faktorene mangler, kan det føre til at en på ulike måter havner utenfor. Det som ofte nevnes som de viktigste beskyttelsesfaktorene er velfungerende familier, gode nærmiljø og skoler med voksne som bryr seg, at en opplever mestring og får anerkjennelse for det en gjør og den en er, og at en har minst én nær venn. Dette kan en bidra på på Lys våken. 11-åringene kan få hjelp til å bli tryggere på seg selv, til å motstå press og lære å bli en god venn som er til å stole på.

Barn trenger trygge voksne med bevissthet om hvilke følelser de formidler gjennom ord og kroppsspråk. Da slipper de å beskytte de voksne, og kan fortelle hvordan de faktisk har det. Barn kan få negative tanker om seg selv, og trenger å bli bekreftet av andre på sin verdi. Barn har ikke ansvar for at de er ensomme eller faller utenfor, og skal ikke oppleve at det er deres skyld. De trenger å høre at det er voksne som skal passe på at de har det bra. At voksne tåler å høre det de forteller. Voksne skal følge med, og gripe inn når barn mobbes eller utestenges. Voksne kan gi dem hjelp til å øve på



sosialt samspill og god grensesetting. Ta dem på alvor. Ikke fall for fristelsen til å bagatellisere eller bortforklare når noen er lei seg. Still interesserte og åpne spørsmål. Ta deg tid til å lytte. La dem selv sette ord på hvordan de har det.

Særlig sårbarhet

11-åringer med særlige utfordringer kan være med som deltakere på Lys våken. Disse har man et særlig ansvar for å se og bekrefte. De særlige utfordringene kan dreie seg om så ulike ting som medfødte tilstander, omsorgssvikt eller rusavhengighet i hjemmet, at de har opplevd eller vært vitne til vold eller seksuelt misbruk, eller at de av ulike grunner trenger ekstra hjelp og oppfølging. Noe en kan se der hvor noe er alvorlig galt, kan være utagerende eller destruktiv atferd, isolasjon, uvanlig seksuell utforskning, tidlig alkoholdebut eller manglende forståelser for normer og grenser.

Personer med en vanskelig oppvekst kan ofte fortelle om voksne som utgjorde en forskjell. Den som spurte, som brydde seg, som så og forstod. Det kan være utfordrende å inkludere særlig sårbare barn i en gruppe. Det kan likevel være verdt å prøve, fordi det kan bety så mye for den enkelte.

Noen ganger kommer en opp i situasjoner som krever litt ekstra. Da er det viktig å være flere voksne som står sammen. Det kan være å ta vanskelige samtaler med foreldre, eller behov for å melde bekymringer til politi eller barnevern. Noen ganger kommer barn som har fått tillit til en, og forteller de grusomste ting. Da må en våge å tro det de forteller, og klare å møte dem på en god måte, slik at de kan fortelle mer om hvordan de har det. Når de har opplevd voksne som svikter, vil det oppleves som et nytt svik dersom en ikke våger å tro på det en hører, eller dersom en ikke gjør noe. En må kjenne sine egne begrensninger, innhente råd, og vite hvor en kan ta dem med for å få kompetent hjelp.

Våg å være voksen

11-åringene på Lys våken trenger ikke voksne som vil være kompis eller som tøffer seg. Det skaper utrygghet. De trenger trygge, kristne ledere som tar dem på alvor. Som er bevisste på å bruke makten sin til å skape et inkluderende fellesskap. Som griper inn på en konstruktiv måte når de trenger hjelp til å løse konflikter. Som våger å undre seg om troen og livet sammen med dem. Voksne som er til å stole på, som er håpsbærere og våger å snakke åpent om det vanskelige i livet og troen.

Les mer:

Brækken, Gaute (red.) «Fokus: Tweens. Trosopplæring for 9-13-åringer». Utgitt på IKO-Forlaget 2017.



1.10 Inkludering og tilrettelegging

Bruk nettsiden ALLEMED.no for å legge til rette slik at Lys våken blir et arrangement som alle kan delta på.

Bruk ressursbanken.no for å finne aktiviteter og mat som er tilrettelagte og inkluderende.

1.11 Evaluering

Print ut evalueringsskjema fra ressursbanken.no. Dette kan være spørsmål som 11-åringene skal svare på papir, eventuelt som de fyller ut sammen med foreldrene på kirkekaffen. Det går også an å lage store plakater med spørsmål, der 11-åringene skal svare med smile/surt-fjes eller klistermerker.

1.12 Invitasjon til Kode B

Inviter til Kode B allerede under lys våken! Last ned eksempel på en flyer via ressursbanken.no.



2.0 Aktiviteter

2.1 Lys våkne leker og aktiviteter

Jesus som 12-åring - Gjemsel

I forbindelse med fortellingen om Jesus so 12-åring passer det leke gjemsel. Alle kan erfare hvordan det føles å være borte og hvordan det føles å søke noen. Etter leken kan en snakke om erfaringer med å bli borte og å lete etter noen.

- Har du blitt borte en gang?
- Hvordan var det å bli funnet igjen? Hva tror du det var for de/ den som har funnet deg?
- Har du mistet noen? Hvordan var det?

Rund temaet lys

Lys kan symbolisere motsetninger, lykke, varme, orientering, håp og -som flamme- ødeleggelse. Samtidig er lyset spesielt tydelig i kontrast til mørket. Som kristen symbol betyr lys å forstå, noe som peker ut av daglige livserfaringer, noe som åpner veien til Gud. Lyset er et symbol for Jesus. I Jesus møter mennesker lystet som gir mening i og kraft for livet. Derfor bruker vi lys i kirken gjennom hele kirkeåret. Allikevel har lystet en spesiell betydning i adventstiden. Vi forbereder oss og venter på jul, vi tenner lilla lys, vi lyser opp mørket, vi pynter med lys i vinduer.

Komme i gang - Opplevelse av mørke

Bygge et tårn av byggeklosser med bind rundt øynene. Hvem klarer å bygge høyest? Hvorfor er det så vanskelig?

Lys og skygge – Hvem er det?

Når gruppen er stor nok kan man lage en gjettelek med skygge. Med hjelp av et hvit laken og en sterk lampe kan en lage et enkelt skyggeteater. En liten gruppe barn går ut og kommer en etter en bak lakenet slik at man ser ansiktet i skyggen. Nå må alle gjette hvem det er.

Eksperimenter med lys

- nysgjerrigper.no/Artikler/2014/september/regnbuepapir
- naturfag.no/tema/vis.html?tid=2072456
- Clementoni Discover - Lys og Farger, eksperimentsett, kan bestilles på nettet
- metlab.no/eksperimenter/eksperiment-5-lag-en-regnbue/

Lag armbånd med UV-perler

Fås kjøpt på apoteket eller nettet, f.eks. nettbutikk.kreftforeningen.no/butikk/armband/magiske-uv-perler/

Ute: Sti med lys

Ditt ord er en lykt for min fot og et lys for min sti (Sal 119,105)

Når det er mørkt ute kan en lage en sti ute som er markert med lys (telys i glass). Alle samles inne og kan snakke om opplevelser av mørke. Det kan være noe tungt de selv har opplevd, noe de er bekymret for, noe de gruer seg til osv. Alle får et glass med et telys i hånden og følger veien en etter en, evt. to og to. Helst skal alle gå uten å snakke. I slutten av veien møtes alle i en ring og setter lysene i midten. I felleskap kan alle si «Gud er som et lys på min vei». Kan avsluttes med bønn og evt kveldssalme.



Inne: Refleksløyper i kirka

Ditt ord er en lykt for min fot og et lys for min sti (Sal 119,105)

«Vi har en lang mørk gang inne i kirkeveggene. I denne gangen hang vi opp reflekser pluss en ting med kirkelig tilknytning sammen med refleksene. Tingene var slikt som: et nattverdbeger, et ikon, lys, et oblat, 7 armet lysestake, et kors, m.m. Barna gikk inn gruppevis i den mørke gangen med lykt/hodelykt. Når de kom til en refleks skulle de studere og huske tingen som sto der. Poenget var da at de skulle huske alle de tolv tingene som var satt ut.» Fra Vardåsen menighet

Del opp bibelverset og skriv det bakpå reflekser som festes rundt omkring i kirka. Del deltakerne inn i grupper, og gi hver gruppe skrivesaker og ei lommelykt hver. Demp lyset i kirka (Det kan gjerne være helt mørkt). La gruppene finne refleksene og skrive ned ordene, slik at de setter sammen bibelverset til slutt. Hva tror dere dette bibelverset betyr?

Ideen er hentet fra «Btweens», andaktsopplegg for tweens fra Bibelleseringen.

Solstråler

I slutten av dagen/helgen/til avskjeden

Alle får en gul pappr stripe (lysstråle) og skriver navnet sitt på. Nå skriver alle hyggelige ord (som varmer) på de andres lysstråler. Gjerne til rolig musikk. Etter en stund setter alle seg ned og leser ordene de har fått. Passer fint til boka «Frederick», Leo Lionni, om musa Frederick som ikke samler nøtter og kjerne til vinteren, men solstråler, farger og ord, drømmer og håp. Kan leses eller fortelles fritt, evt. som godnattfortelling.

Lysstafett (ute)

Del gruppen i lag. Hvert lag får et lys og fyrstikker. Lyset skal bæres til avtalt mål. Når lyset slukner må lysbæreren tilbake og få tent lyset på nytt.

Lage eller pynte lys, lage lykter eller telysglass, adventsstjerne, fakler

Det er bare å google eller gå til kmspeider.no.

Hobbyassistenten

Hobbyassistenten.no har utarbeidet et hefte om «trosopplæring gjennom fingrene» som har mange eksempler på formingsaktiviteter man kan gjøre på lys våken.

Hftet kan lastes ned via ressursbanken.no



2.2. Stasjonsløype

Bruk gjerne stasjonsløypen til å bli kjent med kirkerommet eller til å oppsummere temaer dere har hatt gjennom helgen. Løypen kan gjennomføres innendørs eller ute.

- Tidsbruk: 20-30 min
- Behov for ledere: 4
- Forberedelser: Sette frem postene
- Utstyr: Spørsmålsark, skisse av kirken, bamser, 10 små baller, lys: ute: reflekser og lommelykter
- Gjennomføring: Postløpet kan gjennomføres ute eller inne. Hvis postløpet er ute, kan det henges opp reflekser på hver post. Hver gruppe må lyse med lommelykter for å finne neste post. Forslagene til noen poster forutsetter postmannskap.

Forslag til poster:

Post 1

Grappa skal finne en liten gjenstand som har noe med advent å gjøre. Ta med gjenstanden videre.

Det skal ligge nok gjenstander til hver gruppe gjemt på samme sted, for eksempel lilla lys eller stjerner.

Post 2

Spørsmål

- Når er kirkens nyttårsdag?
- Hvilken farge har advent i kirkeåret?
- Hva betyr advent?

Svar

- 1.søndag i advent
- Fiolett (Lilla)
- Herrens komme alt. Herrens ankomst

Post 3

Hvilke to av disse fem gjenstandene finnes ikke i kirken?

- Båt
- Blomster
- Due
- Bil
- Stol
- Seng

Svar

- Seng
- Bil

Post 4

Tenn et lys og takk Gud for noe som gjør deg glad.



Bruk gjerne lysgloben. Eller la et tent lys stå fremme i tillegg til mange små telys som deltakerne selv kan tenne. Kanskje kan alle de tente telysene etter hvert ta form som et kors/kirke/lys.

Post 5

Hvor mange bamser klarer dere å vekke?

Posten må være bemannet. Sett frem mange bamser/dukker/tøy dyr som må kunne sitte/stå oppe. Alle dyrene sover! Deltakerne får et sett (10 stk) med småballer som de skal bruke til å prøve å vekke opp dyrene. De får et poeng for hvert dyr de klarer å vekke (velte).

Post 6

Hvor lenge har gruppa vært våken? Tenk gjennom en gang du var lenge oppe. Hvor mange timer var du våken? Legg sammen antall timer på gruppa.

Posten bør være bemannet, slik at gruppa kan få litt hjelp til å regne ut antall timer og hvor mange timer det blir til sammen.

Post 7

Skriv inn i skissen hvor de ulike delene av kirken er:

- Kirkeskipet
- Sakristiet
- Alter/alterringen
- Våpenhuset
- Prekestol
- Døpefont
- Kan dere flere?

Legg frem flere kopier av en tegnet skisse av kirken. Hver gruppe som besøker posten får med seg en kopi som de kan skrive inn på.

Post 8

Det å være våken for andre mennesker betyr at vi skal bry oss om andre. Kom med fem ulike forslag om hvordan vi kan være våkne for hverandre.

Post 9

Når det er nyttår lager mange mennesker nyttårsforsetter for seg selv. Et nyttårsforsett er noe en planlegger å gjøre for å leve et bedre liv.

Alt. A:

Lag tre nyttårsforsetter som passer til kirkens nyttår. Lag dem gjerne som bønner.

Alt. B:

Nedenfor står det ulike kjente nyttårsforsetter. Gruppa skal velge en aktivitet de ønsker å utføre. Har de noen gode forslag til andre nyttårs forsetter?

- Bli mer ryddig. Gruppa får en ryddeoppgave.
- Ikke spise så mye godteri. Deltakerne får mulighet til å bytte inn godteri og få frukt tilbake.
- Bli mer miljøvennlig. Deltakerne må bestemme seg for å gjøre en miljøvennlig ting i løpet av Lys våken.
- Vær snill mot andre. Deltakerne avtaler å være hyggelige mot alle under hele Lys våken-helgen.



Posten må være bemannet slik at en voksen styrer eller lager en avtale på hvordan de skal utføre sitt nyttårsønske.

Post 10

Helgenen St. Nikolas regnes som den som har gitt inspirasjon til julenissen.

Les om St. Nikolas på Wikipedia og svar på spørsmålene etter der har lest teksten.

Spørsmål

1. Hvilket land ble St. Nikolas født i?
2. Hvilken stilling hadde St. Nikolas?
3. St. Nikolas arvet farens formue. Hva gjorde han med pengene?
4. Hva skjedde med St. Nikolas i år ca. 310?
5. Hvilken dato døde St. Nikolas?

Svar

1. Tyrkia
2. Biskop (av Myra)
3. Han gav bort alt til de fattige.
4. Han ble satt i fengsel fordi han var kristen.
5. desember

Uteposter

- Lag snø- eller islykt
- Lag en stjerne med noe dere finner i naturen/ute.
- Mål hvor mange skritt det er rundt kirka?
- Gjett høyden av kirka.



2.3 Vandring i kyrkjerommet

Laget av Ung kirkesang

Dette temaet er omfattande, du må gjere eit utval og tilpasse. Hugs at alt som er i kyrkjerommet skal hjelpe oss å sjå «bakom». Kyrkja skal hjelpe oss å fatte livet sine høgder, djupner og breidder. Til dømes rommar ein liten bit brød alt: Brødet/oblaten inneheld dei fire element, forfedrane og mødrene sine bønner, deira arbeid, glede og vonbrot. Me kan ikkje berre sjå på brødet – me må «sjå bakom» og forstå at brødet er der for å delast, og for å minne oss om at når Kristus deler vert det nok åt alle.

Framlegg til aktivitetar:

1: **Å lage adventskrans eller adventsstake** og gje den ei synleg plassering i rommet er ein naturleg del av førebuingane til gudstenesta 1. Sundag i advent. Då skal det fyrste ljuset tennast. Kva for dikt eller salme skal nyttast, kven skal tenne ljuset? Øv eit par gonger. Kvifor tenner me ljøs? Kva symboliserer det?

2: **Symbol.** Del ut teikningar av symbol med forklaringar (må lagast ferdig på førehand). Borna kan delast i grupper og få 1-2 symbol til kvar gruppe eller alle borna kan få dei 3-4 symbol de vel ut. Ljos, kors og vatn er tre symbol borna bør kjenne godt og som kan knytast til kyrkja sitt nyår og fyrste sundag i advent. Borna leitar etter symbola i kyrkja og snakkar om forklaringane. Om de har delt i grupper kan kvar gruppe fortelje til dei andre. Ein annan variant er arbeidsbøker der borna teiknar sjølve og skriv/limar inn forklaringar.

3: **Interiøret.** La borna verte godt kjende med sitt eige kyrkjerom. Dei kan til dømes teikne, måle eller fotografere døypefonten; detaljar om altartavla; skildre bruken av material og fargar, osv. Gjennom aktivitetane og kunnskapen vil borna få eit sterkare eigarforhold til kyrkja si. Samtidig vil dei lettare kjenne seg att i andre kyrkjerom og etterkvart kunne reflektere over det som er felleskyrkjeleg og særeige.

4: **Kyrkjebygget.** Fortelje borna om arkitektur/stilartar/ kjenneteikn. Snakke saman om korleis det er med denne kyrkja? Ha gjerne med kyrkjeleksikon eller andre bøker å bla i.

5: **Matematisk tilnærming.** Byggjeteknikk. Finn ut kor mange sitjeplassar det er i kyrkja. Kor høgt er det til taket? Kor høgt er kyrkjespiret? Gjettekonkurranse – måtar å rekne ut på? Tilpass spørsmåla til dykkar eige kyrkjebygg.

6: **Heilage rom.** Kvifor treng me kyrkjer og andre heilage stader? Er det nokre stader i kyrkja som er meir heilage enn andre?

7: **Korleis tek me vare på kyrkjene?** Riksantikvaren?

8: **Kyrkjegarden.** Kyrkja famnar heile livet, frå fødsel til død. Mange har graver dei plar stelle. Dei fleste har tankar rundt død og gravlegging og kva som hender etterpå. Kvifor tenner me ljøs på gravene allehelgensaftan og julekvelden, mange stader òg på nyårskvelden?

Prosesjon

Når prosesjonen kjem inn i kyrkja symboliserer den Guds folk si vandring mot æva. Dei som går i prosesjonen gjer det på vegner av heile kyrkjelyden. Når me lyfter korset først symboliserer det at Kristus går framom sitt folk. Når kyrkjelyden reiser seg og prosesjonen kjem inn, markerer det at me alle vil vere med i toget av menneske mot æva. Me reiser oss i respekt for korset, og for Kristus. Inngangsprosesjonen flyttar seg framover i det me kallar kyrkjeskipet.



Utgangsprosjonen etter gudstenesta markerer at Guds folk går ut i samfunnet med det me har fått i kyrkja av oppmuntringar og utfordringar.

Mot aust

Å vende seg mot aust i bøn er ei felles gjerning for heile den kristne kyrkja. Aust er retninga til det evige, og pilegrimsmotivet trer klårt fram. Når me går inn i prosjesjon i gudstenesta går me mot det evige liv. Me kan tenkje oss austveggen med sitt altar, altartavle eller glasmaleri som eit vindaug mot æva. Våre kyrkjer (dei fleste) er plassert slik at altaret vender mot aust, me kjem inn frå vest. Dette er eit symbol som raskt vart eit viktig kjenneteikn for kristen gudstenestefeiring. Me vender oss mot aust i kyrkjerommet, me vender oss mot soloppgangen. Me vender oss mot Jerusalem der Jesus sto opp frå dei døde og eingong skal kome attende. Joseph Ratzinger seier i Liturgiens ånd: "Sola symboliserar Herren som vender attende, den endelege soloppgang. Å be mot aust inneber å gå den komande Kristus i møte. Liturgi som er retta mot aust verkeleggjer vår inngang i prosjesjonen mot framtida, mot den nye himmel og den nye jord som kjem oss i møte i Kristus."

Framlegg til songar:

- N13 557 Du kalla oss til kyrkja (Bokmål og nynorsk)
- N13 560 Her er vi Herre
- N13 618 Vi er et folk på vandring
- N13 558 Kom, la oss samles ved Guds bord BS 292 (Bokmål og nynorsk)
- N13 547 Syng for Herren hele verden
- N13 991 Slik som min Fader sendte meg (Bokmål og nynorsk)
- N13 550 (Grundtvig) og N13 967 (Hovland) Dette er dagen som Herren har gjort

Altar, kor og altarring

Når borna lærer om altarring, altar og kor så vil dei òg kjenne glede når dei deltek i heilage handlingar der: kveldsbøn eller morgonbøn, ljostenning, nattverd og anna. Dei vil òg skjønne kvifor det er viktig å ikkje gjere anna ved altar og altarring, som å leike, ete eller sove.

Nokre stader i kyrkja er meir heilage enn andre, la borna vise naturleg respekt for Guds hus samstundes som dei kjenner seg heime!

Altar (latin) tyder offerbord. I det gamle Israel vart det ofra dyr på altaret. I kyrkja feirar me nattverd og minnst Jesus som vart ofra for våre synder. Brød og vin vert tillaga på altaret. Altaret er det sentrale punktet i både gudstenesta og kyrkjerommet. Det er staden der heile kyrkjelyden vender seg til Gud. I gudstenesta ber me òg pengegåvene våre fram til altaret.

Bøn etter takkeofferet: «Herre Gud, himmelske far. Di er jorda og det som fyller henne. Av ditt eige gjev vi deg attende. Ta imot oss og velsign våre gåver, så dei vert til gagn for ditt rike og for vår neste, ved Jesus Kristus, vår Herre.»

Bøn før nattverden: «Gode Gud, du har skapt jorda. Du gjev liv til alt som lever. Vi bed deg: La regnet falle og sola skine, så korn og druer kan vekse og verte brød og vin i arbeidet ved våre hender.» (frå Familiemessa).

Staden der altaret står vert ofte òg kalla koret i kyrkja. Dette av di kora frå gammalt av song frå denne staden i nærleiken av altaret. Kora som syng i kyrkja kan samanliknast med songfuglane slik det står i salmane i Bibelen: «Ja, fuglen har funne ein heim, svala har fått seg eit reir, der ho kan leggja sine ungar, ved dine altar, Herre» (Salmane 84, 4). I dag står songarane ofte i kortrappene opp til altaret, på galleriet eller på eigne korbenkar plasserte så koret ikkje skuggar for altaret.



Altarringen er den staden der ein kneler og tek imot brød og vin. Mange stader er den forma som ein halvsirkel. Då kan det vere fint å tenkje at når me kneler så feirar me nattverd saman med alle som er døde og har gått framføre oss inn i himmelen. Dei utgjer resten av ringen så det blir ein fullendt sirkel. Slik som presten ber i nattverdbøna like før «Heilag, heilag» (Sanctus) i innleiinga til nattverden: "Saman med din kyrkjelyd i himmelen og på jorda vil vi lovprise ditt heilage namn".

Framlegg til songar:

- N13 617 Vårt alterbord er dekket (Bokmål og nynorsk)
- Jesus er her! BS 322
- N13 608 Når vi deler det brød
- Vi kommer fra våre vante liv (Ugland/ Skeie. Barn i Guds tid.) Kirkesangforlaget
- Vi vandrer til festen (Matre/Bjorvatn. Kirkeskipet) Cantando

Preikestol/lesepult – Ordet

«Så kjem då trua av bodskapen ein høyrer, og bodskapen kjem ved Kristi ord» seier Paulus (Rom 10, 17). Ordet i Bibelen og undervisinga i kva det tyder for oss har alltid vore viktig i kyrkja. Dette understrekar ved at me reiser oss under tekstlesinga og av og til har me såkalla evangelieprosesjon før evangelielesinga der boka vert boren ned i midtgangen eller til lesepulten følgt av ljósberarar. Preikestolen er staden der det vert undervist i kva kristendom er, og den er opphøgd slik Guds ord bør vere. Jesus sjølv vert kalla for Ordet: «Og Ordet vart menneske og tok bustad mellom oss.» (Joh 1, 14).

Framlegg til songar:

- N13 569 Guds ord det er vår fedrearv (Bokmål og nynorsk)
- Djupe stille, sterke milde (Bokmål og nynorsk)
- Evangelieprosesjonssong, (Ugland/ Skeie: Barn i Guds tid) Kirkesangforlaget

Døypefonten og kyrkjerommet

Jesus vart sjølv døypt i Jordan og han har gjeve oss i oppdrag å døype alle som vil høyre han til slik det står i misjonsbodet ([Matt. 28, 18-20](#)). Ofte er det foreldra som vel dåp av di dei vil barnet skal høyre Jesus til, og tru på han. Tidlegare stod ofte døypefonten ved inngangsdøra for å symbolisere at dåpen var inngangsporten til Guds rike.

Om vatn

Ljoset fell inn over vatnet. Sol og vatn gjev opphavet til eit fargesprakande fenomen - ein boge i skyene. Teiknet på løftet som Noa fekk frå Gud om at livet aldri skulle utslettast. Er det bogar i kyrkja vår?

Om skip

Kyrkjerommet frå inngangen og fram til alteret vert ofte kalla kyrkjeskipet. Heile kyrkjerommet kan difor òg vere ein slik «dåpsbåt». Me kan vere trygge når me er om bord. I mange kyrkjer heng det ei due over døypefonten for å symbolisere at ein får den Heilage Ande i dåpen. I mange kyrkjer heng det òg ein båt eller eit skip i kyrkjerommet. Denne båten skal skildre «dåpsbåten» som me går om bord i når me vert døypt og som leier oss gjennom livet til himmelen. Denne «dåpsbåten» kan òg samanliknast med Noa sin båt som frelste alle som var om bord, frå den store flommen. Skipet kan òg symbolisere at me saman er på reise til himmelen (pilegrimsmotiv) eller mot festen i Guds rike som er symbolisert ved altaret og altarringen der me får brød og vin, og at kyrkja er som eit skip som fraktar oss dit.



Alle som vert døypt, blir døypte inn i den kristne trua. Gjennom trusopplæring vert kjennskap til fundamentet for trua styrkt. Les meir om dåp i kapitlet om gudstenesta i heftet Credo, Kirkesangforlaget.

Framlegg til songar:

- N13 591 Det skjer et under i verden
- N13 585 Døypefonten står i kyrkja (Bokmål og nynorsk)
- N13 590 En stor og mektig gave
- N13 581 Å, lat din ande med oss vera

Ljosglobe/bøn

Det vert nytta ljøs i mange samanhengar i kyrkjerommet. På altaret, i prosesjonar, dåpsljøs, påskeljøs, adventskrans og juletre. Ved ljosgloben kan alle få tenne sine ljøs frå Kristusljøset i midten. «Eg er ljøset i verda.» seier Jesus om seg sjølv. (Joh. 8, 12) Og til oss seier han: «De er ljøset i verda!» (Matt 5, 14). Me kan tenne ljøs for å minne Gud om noko eller nokon me tenkjer på og vil be for. Ved ljosgloben kan ein ha små liturgiske handlingar, til dømes kveldsbøn eller morgonbøn. Her kan ein syngje songar, tenne ljøs og be saman med borna.

Framlegg til songar:

- N13 731 Eg faldar mine hender små (Bokmål, nynorsk og nordsamisk)
- N13 985.1-2 Fader vår
- Lyset er kommet til verden BS 155
- Å Gud hør vår bønn S97 161, BS 312



2.4 Besøk på kirkegården

Kirkegården er et sentralt sted i et lokalsamfunn og et sted barn bør være kjent med. Et besøk på kirkegården gir kjennskap til et sted alle vil møte i vanskelige perioder i livet og som for mange kan bli et godt sted og komme for å tenke og sørge. Advent har håpet om fremtiden i seg og er en god anledning til å gi barna et forhold til kirkegården.

- Tidsbruk: 30 min
- Behov for ledere: En som organiserer aktiviteten og flere som følger gruppene rundt og er med i samtalen.
- Forberedelser: Kopiere opp oppgaveark. Utstyr: Oppgaveark og blyanter.
- Gjennomføring: Denne aktiviteten bør skje mens det er lyst og hyggelig ute. I denne aktiviteten er det viktig å legge til rette for refleksjon og den gode samtalen.

Gi kort informasjon om hvordan man oppfører seg på en kirkegård (ikke løp eller rope, ta hensyn til andre som er der). Spør om noen vet hva man kan gjøre på en kirkegård (tenne lys, pynte med blomster, være lei seg osv.).

Del opp i små grupper eller gå i fellesskap, gi dem oppgavearket og send dem ut på kirkegårdstur.

Samle inn besvarelsene og snakk om det dere har funnet ut.

Det kan gjerne være med ledere på runden, men det er ikke nødvendig. Kanskje noen har lyst til å vise hvor besteforeldre, søsken, foreldre eller venner ligger begravet? La dem få fortelle det de har på hjertet.

Forsalg til oppgaveark:

1. Les og skriv ned ulike tekster/minneord som står på gravstøttene.
2. Tegn ulike symboler/gjenstander som dere finner på gravstøttene.
3. Tegn skisser av ulike type gravstøtter dere finner (eks flate på bakken, stein, jernkors).
4. Når er den eldste gravstøtta dere finner fra?
5. Hvorfor står det flere navn på noen støtter?
6. Kan dere finne en minnelund, hvor er den på kirkegården?

Gjennomgang av oppgavene kan skje etter at alle deltakerne har kommet inn i kirken igjen. Deltakerne må få rom til å spørre og komme med egne erfaringer og spørsmål underveis i gjennomgangen.



2.5 Fredslyset

Hver år siden 1999 har fredslyset kommet fra Betlehem til Norge først uken i advent. Lyset ankommer Oslo tirsdagen 25. november. Det er St. Georg Gildene som har ansvar for å frakte lyset rundt om i Norges land, og speidergrupper og andre interesserte kan hente flammen og bruke det i lokale arrangementer. Mange speidergrupper bruker allerede lyset til lysmesser og andre markeringer i kirken. Les mer om Fredslyset og ideer til bruk på St. Georg Gildene sine hjemmesider.

Ved å ta kontakt med St. Georg Gildene kan dere finne ut når og hvor dere kan hente lyset i nærheten av der dere bor. Lyset blir fraktet til de fleste deler av landet. Eventuelt informasjon til foreldre og andre gudstjenestedeltagere som ønsker å få med flammen hjem (om flammen og oppfordring til å ta med lys).

Fredslyset symboliserer fred og kan være utgangspunktet for å snakke om krig og fred. I tillegg venter vi i adventstiden på Jesus, som skulle komme til menneskene med fred. Lyset kan brenne under arrangementet, Lys Våken, og skape en fin ramme for hele arrangementet. Alle deltakerne kan tenne sitt eget fredsllys fra flammen i fredslyset. Fredslyset kan gjerne brukes til å tenne alterlys, globen, dåpslys osv. under gudstjenesten. Deltagerne og kirkegjengerne kan få tilbud om å få med flammen hjem etter gudstjenesten.

Finn ut mer om fredslyset og gjennomføring her: sggn.no/index.php?page=fredslyset-er



2.6 Filmrommet

På nettsida filmrommet.no finnes det filmer som kan vises i løpet av Lys våken-helgen. I ressursbanken.no finnes det samtaleopplegg til noen av disse.

2.7 Bibelknast

Bibelknast er et ressurshefte for bibelarbeid, utgitt av IKO-forlaget. Heftet inneholder kryssord, fargeleggingsark, oppgaver, rebus, hjernetrim om bibelen og mye mer.

Heftet kan lastes ned via ressursbanken.no

2.8 Mat

I ressursbanken finnes oppskriftheftet «Signe maten» som er sunn og god mat som kan serveres på Lys våken. Der er også matretter som knyttes til bibelske fortellinger.

Nattverdsbrød

Å bake nattverdsbrød er en aktivitet som fungerer for alle aldersgrupper. Barn/unge får bidra inn i gudstjenesten, og kan bake brøde enten samme dag eller dagen før. Det er også en god inngang til å snakke om nattverden, og å ta noe hverdagslig (brødbakingen) inn i gudstjenesten. Disse brødene egner seg godt til å bryte under nattverdsutdelingen, fordi de ikke smuler så mye.

1 kg. Hvetemel
5 dl lunka vann
4 ss olje
1-2 ss honning
Salt
50 g gjær

Bland alt sammen og la deigen heve i ca 40 min. Del så deigen i 8 biter. Rull dem som boller for så å kjevle dem flate. La dem etterheve og klem dem flate igjen før de settes inn i ovnen. Brødene stekes i ca. 8 min på 275 °C. Hvis du legger et håndkle på brødene etter at de er stekt, blir de ikke så harde.



3.0 Gudstjeneste og samlinger

3.1 Kveldssamling

Lys våken kvelden avsluttes gjerne inne i alterringen, med dempet lys og tente lys. Skap rolig stemning med hjelp av musikk og stjernehimmel. Eventuell kan alle få hver sitt lys. Les gjerne en fin fortelling, be stille bønn, be Fader vår sammen, syng en kveldsalme og be om velsignelsen.

Forslag for salmer og sanger:

- N 13, 817 Fager kveldsol smiler (nynorsk og sørsamisk)
- N 13, 820 Den dag du gav oss
- BS 262 Gå i fred til nattens hvile
- Du er evig

Forslag for godnattfortellinger:

- Frederick, Leo Lionni, om musa Frederick som ikke samler nøtter og kjerne til vinteren, men solstråler, farger og ord, drømmer og håp. Kan leses eller fortelles fritt.

Bibelfortellinger som er egnet til høytlesning:

- Ylva Eggehorn, En venn fra himmelen, IKO-forlaget
- Kristin Gunleiksrud, bibelfortellinger, IKO-forlaget
- Barn som forteller om Jesus, IKO-forlaget
- Fortellinger om jenter og kvinner i Bibelen: Fru Noah og søster Mirjam, Verbum
- Se også «Samiske perspektiver» under Planlegging



3.2 Morgensamling

Kan gjøres utendørs rett før og under soloppgang. Kan også gjøres inne. Med andakt om morgenstjernen som viser seg før soloppgang og om soloppgang med håp om noe godt som er i vente.

- Tidsbruk: 15-30 min
- 1 leder
- Forberedelser: Finn ut når sola står opp og hvor dere bør sitte for å se soloppgangen. Det er kaldt ute om morgenen så det er viktig at alle har varme klær og evt. soveposer.
- Sjekk værmeldinger, for å finne ut om det blir sol og når sola står opp.
- Evt. kakao eller annet som serveres.

Denne markeringen skaper en spesiell opplevelse i fellesskap med andre. Mens det enda er mørkt går alle deltakerne ut for å vente på sola. I klart vær er morgenstjernen lett synlig på nattehimmelen rett før soloppgang. Kan dere finne den? Hva med å sitte rundt et bål og vente på soloppgangen? Kanskje kan dere sitte å synge? Eller drikke kakao? Husk klær/soveposer. Å sitte slik ute sammen og vente skaper også en fin ramme for å prate sammen.

Advent handler blant annet om å vente på lyset/vente på at morgenen skal komme. Både Bibelen og kirkens sanger og liturgier gir mange gode innfallsvinkler.

Momenter til samlingen

- Mange adventsanger bruker bilde om en ny morgen/stå opp/våkne opp/sol og soloppgang.
- Dere kan snakke om hvor viktig sola er for menneskene og hvor viktig Gud er for menneskene. Når deltakerne sitter og gleder seg til sola skal komme frem er det mulig å snakke om andre ting som de gleder seg til eller hva som gjør en glad.
- Sakarjas lovsang: Luk 1,78 «Og slik skal lyset fra det høye gjeste oss som en soloppgang»
- Sal 113,3 «Fra soloppgang til solnedgang skal Herrens navn være lovet.»
- På kirkegårdene ligger alle vendt med føttene mot soloppgangen slik at de kan reise seg opp og se når Jesus kommer igjen i soloppgangen.
- 2. Pet 1,19 omtaler Jesus som morgenstjernen i våre hjerter og lampen som lyser til morgenen gryr.
- I Åp 22,16 kaller Jesus seg morgenstjernen som skal fortelle menigheten hvordan det blir i det evige liv. «Natten skal ikke være mer, og de skal ikke ha bruk for lys av lampe eller av sol, for Herren Gud skal lyse over dem. Og de skal herske som konger i all evighet.»
- Jesus som morgenstjernen knyttes til vår tradisjon med adventstjerne i vinduene.

Forslag for salmer og sanger:

- N 13 801 Morning has broken (engelsk og bokmål)
- N 13 15 a eller b Kom, konge, kom i morgenglans
- N 13 26 Solbarn, jordbarn



3.3 Tidebønn

Om tidebønner

Tidebønner er små hverdagsgudstjenester som er knyttet til bestemte tider av døgnet, og som kan ledes av lekfolk. Vi har laget forslag til kveldsbønn og morgenbønn ut fra erfaringer fra bruk i barnekor (oftest kveldsbønn). Kanskje kan det holde bare å synge Fadervår eller Kjære Gud, jeg har det godt? Dere må tilpasse valg av sanger og bønner til de emnene dere tar opp i løpet av helgen. Bare i klostrene bruker man alle tidebønnene, åtte i alt. Der ordner tidebønnene dagen og bønnelivet. Vi andre møter tidebønner først og fremst om kvelden hjemme.

Mange barn ber kveldsbønn sammen med foreldrene sine, kanskje synger de faste sanger også. En kveldsbønn er en fin avslutning på dagen. En morgenbønn er en fin start på dagen. Slik er tidebønner egentlig små gudstjenester i seg selv, hverdagsgudstjenester. At gudstjenester ikke behøver å være lange, er en god erfaring for store og små! Så form kveldsbønn og morgenbønn ut fra forslagene her til de barna dere har med dere.

Hvis dere vil ta kirkerommet i bruk til en vandring fra øst til vest i løpet av Lys våken-helgen, kan kveldsbønn holdes bak i kirken og morgenbønn i midtskipet, eventuelt i en av korsarmene. Da fullfører dere vandringen fra øst til vest først under gudstjenesten søndag (for eksempel i prosesjon, som medhjelpere, gå til nattverd eller ta del i en vandring i kirkerommet).

Kveldsbønn og morgenbønn

Lysene på alteret blir tent. Lederen gir signal om at alle skal komme fram. Mens barna går fram, kan de synge en sang som alle kan, eller gå stille fram. Barna kan sette seg i kortrappa, rundt alterringen, eller kanskje i en ring innenfor alterringen (tilpass til kirkerommet og antall barn).

Kveldsbønn, tidlig (vesper)

Innledning

Leder: I Faderens og Sønnens og Den hellige ånds navn.

Alle: Amen.

Kveldssalme

I fred vil jeg legge meg ned, BS 213; Kjære Gud jeg har det godt, BS 265; Den dag du gav oss, BS 259, eller andre som passer om kvelden.

Magnificat – Maria synger sin glede til Gud om barnet hun venter.

Yngre barn: Vi synger med Maria, NoS 119/ BS 50

Eldre barn: Marias lovsang, Norsk Kantoribok VI side 9, Toralf Nordheim

Antifon, alle er med: Min ånd fryder seg i Gud, min frelser.

Bønn:

Herre, vi takker deg for at du har skapt lyset. Vi takker deg for at du sendte din sønn til jorden for å leve som menneske. Jesus er verdens lys. Vær hos oss og vern oss når det lir mot natt. Vær alltid hos oss.



Lystenning (i globe, fra lysene på alteret, eller på annen måte)

Vi tenner lys og tenker på alle vi er glad i, barn i nød, alle i klassen, alle som er samlet i kirken denne helgen.

Fadervår (Herrens bønn)

Leses i kor eller synges, Salmer 97 nr. 166, BS 309

Velsigning

Leder: Herren velsigne deg og bevare deg!

Herren la sitt ansikt lyse over deg og være deg nådig!

Herren løfte sitt ansikt mot deg og gi deg fred! (4. Mos 6, 24–26)

Alle: Amen (korstegn for dem som vil)

Kveldsbønn, sent (completorium)

I stedet for Marias lovsang synger vi Nunc Dimittis, Simeons lovsang, Luk 2, 29–32. Se NoKa III A, der står det om hvilke bibelske salmer som passer til bønner på forskjellige tider av dagen.

Eyvind Skeie og Harald Gullichsen har laget Din er natten, completorium for barn. Den er gitt ut på Kirkesangforlaget. Johan Varen Ugland har laget både sen og tidlig kveldsbønn for barn, vesper er gitt ut på Cantando og completorium på Kirkesangforlaget.

Morgenbønn (laudes)

Benedictus – Sakarja bryter ut i sang idet han får stemmen tilbake.

I gudstjenesteboka er det veksellesing på Sakarjas lovsang, Luk 1, 68–69.

Morgensalme

Forslag: Måne og sol, NoS 943, BS 303; La oss vandre i lyset, NoS 871, BS 167; Nå er det morgen, BS 248; eller en salme som skal synges i gudstjenesten og passer som morgensalme.

Tekstlesing

Søndagsteksten leses, fulgt av en stund med stillhet.

Bønn

Herre, vi takker deg for den nye dagen, lyset og livet. Evige, allmektige Gud, du er den dag som aldri tar slutt. Vi ber deg: La de mørke makter vike så ditt lys kan seire i vårt liv. Vær med oss når vi forbereder og feirer gudstjeneste og nytt kirkeår. Vær hos oss i dag og alltid.

Lystenning fra globen, fra alterlysene, eller slik det passer.

Fadervår (Herrens bønn)

Leses i kor eller synges, S 97 nr. 166, BS 309

Velsigning

Alle: Velsign oss, Gud Fader! Velsign oss, Guds sønn! Velsign oss du, Guds hellige ånd!

Alle: Amen, amen. (Og korstegn for dem som vil.)



3.4 Gudstjenesteverksted

La barna velge hva de ønsker å forberede til gudstjenesten. Prøv å legge til rette for så mye involvering som mulig. Mulige grupper: pynte kirken, lage bønnevandring, forberede kirkekaffe, prekenverksted, bake nattverdsbrød, forberede dåp, velge salmer, forsanger, dans, dramatisering, skrive bønner osv.

Noen tips til gruppene:

Pynte kirken: Ha tilgjengelig fint materiell, tøy, bilder, symboler, blomster, lys, adventspynt osv. Lag en plan sammen. Dekk det tomme alteret i felleskap, da kan dere samtidig snakke om hva som pleier å ligge/stå på alteret og hvorfor.

Lage bønnevandring: Ha tilgjengelig fint materiell, tøy, bilder, symboler, lys, stjerner osv. Lag en plan sammen. Ta opp elementer fra temaer og tekster dere bruker under Lys våken og/eller bruk adventstematikk. Ta utgangspunkt i korte tekster fra Bibelen, en tekst per bønnestasjon og finn sammen ut av hvordan dere kan illustrere teksten eller ha symbolhandler til teksten. Et lite utvalg av tekster finner du under Innhold/Tekster: «Lys i Bibelen». Det kan også være et utgangspunkt å finne noe til mange sanser: noe å se, noe å smake, noe å lukte, noe å føle, noe å høre, noe å skrive osv. Eller ta utgangspunkt i elementer fra adventskransen.

Forberede kirkekaffe: Dekk fine bord, bake pepperkake, blande saft osv.

Prekenverksted: God metodikk for prekenverksted er «Kontekstuell bibellesning». Les for eksempel og KFUK-KFUM ved Jan Christian Killand, Nøkler til livet, nye metoder for læring i kirken. Disse er skrevet for ungdom, men metodikken kan med noen enkle justeringer brukes med barn. For eksempel kan barna tegne en situasjon istedenfor å beskrive den med ord og spørsmål kan forenkles: «Hva er det fineste med fortellingen?» og «Er det noe du ikke like i fortellingen?».

Eksempel fra Høybråten, Fossum og Stovner menighet, notert av prest Elisabet Kjetilstad:

- Me sit i ring i kyrkjerommet og les preiketeksten i Bibelen som borna har med. Me går ganske sakte fram og undrar oss over det som skjer i teksten. Kva skjer her? Kven er med? Kven gjer kva?
- Bruker god tid på Jesus: Kven var han? Kva har dei høyrte om han frå før? Kjenner dei til nokre av forteljningane om han og vennene hans?
- Veit dei noko om korleis han var saman med menneska som han møtte? Dei vaksne? Borna?
- Dersom det trengs hugsar eg aktivt saman med borna diverse Jesus-forteljingar. Og hugsar også korleis det var den gongen engelen kom til Maria.
- Deretter brukar me tid i samtalen på det å vera barn. Korleis er det å vera barn, slik borna ser det? Høyrer dei vaksne på det som borna vil seie? Borna fortel og kjem med eksempel.
- Korleis trur dei borna hadde det på den tida Jesus levde?
- Etter å ha tenkt litt på dette, viser eg gjerne til altartavla i Høybråten kirke som har bilete av Jesus som tek imot barna. Og forteljninga om Jesus og borna som me alltid les når barn blir døypte. Dei vaksne ville visa borna bort, men Jesus sa: la dei små borna komme til meg og hindre dei ikkje..
- Etter dette har eg fortalt om Samuel, guten, som blir vekt om natta av Gud. Samuel- var han ikkje på Lys vaken alder, då? Reflektere saman med borna over kva som skjer i denne forteljninga.
- No er borna klare til å fylla «preike-skissa» som eg har planlagt på førehand med innhald. Kanskje har eg i samtalen innsett at planen eg hadde sett for meg for preika skal justerast, i tråd med poeng og perspektiv borna har komme opp med i samtalen? Dette spørsmålet kan leggest fram for borna: «Eg hadde tenkt at dette og dette skulle skje, men når det seier det som de seier lurar eg på om me ikkje heller skulle finna ein annan vri... Kva trur de? Har de forslag?»



Bake nattverdsbrød: se oppskrift under punkt 2.8.

Forberede dåp: Snakk om dåpen, pynte døpefonten

Velge salmer: Lurt å ha plukket ut noen mulige salmer i forkant som lederen spiller og synger og forteller litt om innholdet. Tegn gjerne noen enkle bilder til salmene. Etter at dere har hørt på salmene legges bildene ut og barna kan velge noen av salmene.

Dans: Lys våken dans, finn gjerne på bevegelser selv

Dramatisering, f.eks. en bibelfortelling, se også dramatisering i dokumentet «Gudstjenesteliturgier»

Skrive bønner: samle stikkord til forskjellige emner, for eksempel som et tankekart, en metodikk barna kjenner fra skolen.



3.5 Gudstjenesteliturgi

Søndagens gudstjeneste er en viktig del av adventsnatten. Bruk lørdagen til å planlegge gudstjenesten med og for barna. Se ideer og inspirasjon under «Gudstjenesteverksted». Bruk den lokale grunnordningen som utgangspunkt. Her finner du bønner og tekster fra gudstjenesteordningen for Den norske kirke som forslag til bruk i gudstjenestens liturgi.

Samlingsbønner

Samlingsbønn nr 5 (Gudstjenestepermen, side 2.30)

Bønnen kan bes av alle, eller som "hermebønn" ved at den som leder bønnen, sier en og en setning som gjentas av alle.

Gud, du er midt iblant oss.

Du omgir oss på alle sider.

Hold oss i din hånd.

Samlingsbønn nr. 7 (Gudstjenestepermen, side 2.31)

Denne bønnen er spesielt anvendelig i gudstjenester med mange barn. En gruppe barn kan stå foran menigheten og vise tegnene. De i menigheten som ønsker det, kan gjøre håndbevegelsene sammen med barna.

Løftede hender

ML/L: Kjære Gud, du er hos oss.

Tenn ditt lys i oss.

Hendene i kryss foran brystet

ML/L: Kjære Jesus, du går med oss.

La oss få leve i din fred.

Hendene mot hverandre foran brystet med fingertuppene opp

ML/L: Kjære Gud, du ser oss.

Ta imot våre tanker og stille bønner.

Hendene strakt ut foran oss med håndflatene opp

ML/L: Kjære Jesus, du tar våre hender i dine.

Led oss på din gode vei.

Vi tar dem som sitter ved siden av oss, i hånden.

ML/L: Gode Hellige Ånd, takk for at vi ikke er alene.

Hjelp oss å se hverandre med kjærlighet.

Modell for lokalt utformet samlingsbønn (Gudstjenestepermen, side 2.32)

Til enkelte gudstjenester kan det brukes andre samlingsbønner enn dem som foreligger i gudstjenesteordningen. Bønner kan hentes fra ulike kilder, eller utformes lokalt.

Det kan være en spennende oppgave å utforme samlingsbønn sammen med noen barn til denne gudstjenesten. Momentene nedenfor kan være til hjelp for lederen. Snakk gjerne sammen med barna om hvorfor vi samles til gudstjeneste – og la dem bidra med sine tanker om hva det kan være fint å si til Gud når vi samles på gudstjenesten i begynnelsen av et nytt kirkeår.

Bønnen skal være et uttrykk for vår kirkes tro og bekjennelse og den skal ha liturgisk og poetisk bærekraft.



Det viktigste i bønner er å gi ord til at vi er sammen for Guds ansikt, som fellesskap, som enkeltmennesker og som del av skaperverket. Bønner skal uttrykke forventning og glede over møtet med Gud i gudstjenesten.

Samlingsbønner kan vektlegge ulike motiver, for eksempel:

- Takknemlighet over å være funnet og tatt imot av Gud (Luk 15).
- Søndag som oppstandelsesdag.
- Jesu Kristi nærvær når vi samles i hans navn.
- Lengsel etter å være i Guds hus.
- Overgivelse til Gud.
- Dåpspåminnelse.
- Åpenhet for Ordets gjerning i våre liv.
- Samlingen om ord og sakramenter.
- Kallet til oppbrudd og etterfølgelse.

Ordet

For hver søndag- og helligdag er det i den nye tekstboken satt opp en fortellingstekst (F). Denne teksten er satt opp først og fremst med tanke på barn og familier, og til andre spesielle gudstjenester. Da kan fortellingsteksten erstatte de oppsatte tekstene – og hele gudstjenesten kan bære preg av dagens fortelling.

Teksten fra Luk 4,16-22a er også en flott fortelling å arbeide med og for barn om. Dramatiser gjerne teksten, sammen med lesning eller gjenfortelling av den:

Jesus kommer opp midtgangen i kirken, hilser litt til venstre og høyre. Han kjenner mange. Det var jo her i Nasaret han vokste opp! Han setter seg på første benk i kirken.

Presten vinker Jesus fram og rekker han tekstboken (eller lag gjerne en flott gammeldags bokrull). La dette skje litt høytidelig. Gjerne med litt pause før Jesus begynner å lese:

Jesus leser fra profeten Jesajas bok (v. 18 i teksten)

Nå ruller han bokrullen sammen, eller lukker tekstboken høytidelig – og legger den fra seg. La det være en kunstpause (mens «alle stirrer spent på ham») før han kremter, ser ut over forsamlingen og sier: «I dag er dette skriftordet blitt oppfylt mens dere hørte på.»

Kanskje noen nede i menigheten nå kan reise seg og si til hverandre: «Var det ikke fint det Jesus hadde å si til oss», «Det var nesten som de gamle ordene fra Jesajaboken ble helt nye», «Ja, dette var godt nytt!», og lignende, kan de si til hverandre. (Men husk: Alle i kirken må høre det som sies!)

Prekenen kan godt fortsette der hvor dramatiseringen sluttet – med undringen over det Jesus sa til dem – særlig de siste ordene: «I dag er dette skriftordet blitt forkynt mens dere hørte på.» Hva mente han med det? Også slutten av v. 22 kan trekkes inn, selv om det ikke hører med i dagens tekst: «Er ikke dette Josefs sønn?» spurte de. Var det rart at de undret seg? Det ville nok vi også ha gjort hvis vi var vokst opp i Nasaret sammen med Jesus.

Teksten gir en god mulighet til å begynne et nytt kirkeår med å preke om hvem Jesus var og hva han ville. Alle er spent på og vil lytte til den første programtalen en statsminister eller president holder. Folk visste ikke at det var akkurat en slik tale Jesus nå holdt den dagen. Si noe om det viktigste



innholdet i den – noe som skaper forventning og innstiller både barn og unge på en adventstid som preges av forberedelse til Jesu komme.

Evangelieprosesjon

Evangelielesningen representerer på en særlig måte Kristi nærvær i gudstjenesten. Dette kan tydeliggjøres ved at evangelieprosesjon benyttes ved lesningen av evangeliet. Det er en måte å gi et liturgisk uttrykk for at Kristus kom til jorden og «tok bolig iblant oss» (Joh 1,14), og er midt iblant oss (Matt 18,20).

Mens menigheten reiser seg og synger et hallelujavers, bæres Tekstboken fra lesepulten og ned i menighetens midte. To lysbærere kan gå på hver sin side av den som bærer boken, og slik ledsage Ordet både når Tekstboken bæres ned, når teksten leses, og når boken bæres tilbake. Det er viktig at boken løftes høyt når den bæres og at alle bevegelsene er tydelige. Alle i menigheten må kunne følge med i det som skjer. Derfor må evangelieprosesjon alltid tilpasses kirkerommet. Det må også sikres at menigheten hører det som blir lest, like godt som når det leses fra lesepulten eller prekestolen.

Noen foretrekker at den som leser, ikke går for langt ned i kirken, og leser evangeliet vendt mot menigheten. Andre ønsker å utnytte kirkerommet ved at den som leser, går langt ned i kirken og vender seg fremover, for på den måten å være vendt mot menigheten.

Også når boken bæres tilbake, synger menigheten hallelujaomkvedet.

Prosesjonskors kan benyttes under evangelieprosesjonen. Dette bæres i så fall fremst i prosesjonen, både på vei ned i menigheten og tilbake igjen.

Bruk Hallelujavers fra den lokale grunnordningen eller fra N13 977.1-7.

Forbønn

Forbønnen kan gjerne utarbeides lokalt. Gudstjenesteordningen inneholder både ferdig formulerte forbønner og noen modeller til hjelp for lokal utforming. Her er to av forbønnsmodellene:

Forbønnsmodell 2 (lystenning) – (Gudstjenestepermen side 2.50)

Denne modellen kan være aktuell blant annet i gudstjenester hvor barn og unge (for eksempel konfirmanter) tar del i forberedelse og gjennomføring gudstjenesten.

Velg 3 – 6 av bønneemnene og utform dem i samsvar med modellen nedenfor.

Eventuelt kan bønnen disponeres etter temaområdene

Hvert av bønneavsnittene kan gjennomføres slik:

ML/ L: La oss vende oss til Gud i bønn

Vi tenner et lys for...

Et lys tennes på en lysglobe eller på et bord med bønnelys.
og takker / ber for / om...

Her følger en eller flere bønner for det bønneemnet lyset ble tent for.

Her kan følge

Bønnestillhet

Gud, vi ber.

M: Menighetssvar



Forbønnsmodell 4 (Fire himmelretninger) – (Gudstjenestepermen, side 2.51)

Utarbeides aktuelle bønner som har sammenheng med hver av de fire himmelretningene. Det kan være bønner for søsterkirker, mennesker i for konflikter og katastrofer, for skaperverket eller aktuelle hendelser. Forbønn for gudstjenestens takkoffer kan plasseres ved den himmelretningen der det er naturlig.

Forbønnen kan innledes slik:

ML/L: La oss be for kirken og verden ved å reise oss og vende oss i de fire himmelretningene. Menigheten reiser seg.

1. Øst

ML/L: Vi vender oss mot øst og ber for våre søsken der.

Menigheten vender seg mot øst.

Et lys kan tennes mot øst, på en lysglobe eller på et bord med fire bønnelys.

Vi ber for/om... /takker for ...

Her følger en eller flere bønner som har sammenheng med øst.

Den som ber, avslutter bønner med: Gud, vi ber.

A:

eller et annet passende menighetssvar.

2. Vest

L: Vi vender oss mot vest og ber for våre søsken der.

Menigheten vender seg mot vest.

Et lys kan tennes mot vest, på en lysglobe eller på et bord med fire bønnelys.

Vi ber for/om... /takker for ...

Her følger en eller flere bønner som har sammenheng med Vest.

Den som ber, avslutter bønner med: Gud, vi ber.

A: Din vilje skje, din vilje skje, din vilje skje på jorden, å Gud.

eller et annet passende menighetssvar.

3. Sør

L: Vi vender oss mot sør og ber for våre søsken der.

Menigheten vender seg mot sør.

Et lys kan tennes mot sør, på en lysglobe eller på et bord med fire bønnelys.

Vi ber for/om... /takker for ...

Her følger en eller flere bønner som har sammenheng med Sør

Den som ber, avslutter bønner med: Gud, vi ber.

A: Din vilje skje, din vilje skje, din vilje skje på jorden, å Gud.

eller et annet passende menighetssvar.

4. Nord

L: Vi vender oss mot nord og ber for vår egen del av kirken og verden.

Menigheten vender seg mot nord.

Et lys kan tennes mot nord, på en lysglobe eller på et bord med fire bønnelys.

Vi ber for/om... /takker for ...

Her følger en eller flere bønner som har sammenheng med Nord.

Den som ber, avslutter bønner med: Gud, vi ber.



A: Din vilje skje, din vilje skje, din vilje skje på jorden, å Gud.
eller et annet passende menighets svar.

Nattverd

Nattverdordning for særlige anledninger (Gudstjenestepermen, side 2.79)

Denne ordningen kan brukes på hovedgudstjenester særlig lagt til rette for barn og unge, samt på temagudstjenester. Når hovedgudstjenesten feires som høymesse, brukes den ikke.

Salme / Forberedelse av måltidet

Etter lokal grunnordning.

Nattverdbønn med innstiftelsesordene VERBA

En av følgende bønner:

L: Gode Gud, vi takker deg for din herlighet som er utbredt over himmel og jord. Gjennom dåpens vann befrikk du oss fra mørkets makt og forente oss med Jesus Kristus, din Sønn. Nå ber vi deg: Send din Ånd over oss og dine gaver, så vi får kraft til å leve og frimodighet til å tro. L: Trofaste Gud, vi vil prise deg så lenge vi lever, og lovsynge ditt navn til evig tid. Vi takker deg for at du sendte din Sønn Jesus Kristus til frelse for verden. Ved hans død får vi våre synder tilgitt, og i hans oppstandelse kan vi leve det nye livet. Nå ber vi deg: Send din Ånd over oss og dine gaver, så de blir et håpets tegn i våre liv.

L: Vi lovsynger deg, Gud, himmelens og jordens skaper.

Du omslutter oss med kjærlighet og omsorg.

Takk for frelsen du har gitt oss gjennom Jesus Kristus. Vi ber deg: Send din Ånd over oss og dine gaver.

Vår Herre, Jesus Kristus, i den natt da han ble forrådt, tok han et brød, takket, brøt det, gav disiplene og sa: Ta imot og spis! Dette er min kropp som gis for dere. Gjør dette til minne om meg. Likeså tok han kalken etter måltidet, takket, ga dem og sa: Drikk alle av den. Denne kalken er den nye pakt i mitt blod som utøses for dere så syndene blir tilgitt. Gjør dette så ofte som dere drikker det, til minne om meg.

Etter innstiftelsesordene kan liturg og menighet si:

L: Stort er troens mysterium.

A: Kristus døde. Kristus stod opp. Kristus skal komme igjen.

Følgende setning kan tilføyes:

A: Ham være ære for kjærligheten som er sterkere enn døden.

A Fader vår

Dette leddet kan utelates i denne korte nattverdordningen.

Fredshilsen

L Guds fred være med dere.

M Guds fred være med deg.

Liturg eller en medliturg kan deretter føye til:

La oss hilse hverandre med et tegn på fred.

Menigheten hilser hverandre med håndtrykk og kan si Guds fred, eller lignende ord.

Utdeling



Utdelingsordene lyder:

Dette er Jesu legeme.

Dette er Jesu blod.

Eller

Kristi kropp, gitt for deg

Kristi blod, utøst for deg

Etter utdelingen sier liturgen:

L: Den korsfestede og oppstandne Jesus Kristus har nå gitt oss sitt hellige legeme og blod som han gav til soning for alle våre synder.

M eller L: Han styrke oss og holde oss oppe i en sann tro til det evige liv.

L kan tilføye: Fred være med dere.

Måltidets avslutning

Her kan følge en av gudstjenesteordningens takkebønner, en lokalt utformet, eller en annen egnet takkebønn.

Salmer

Se også ressursen «Salmesang med barn og unge» som er utviklet til Lys våken og som inneholder musikkpedagogiske tips til bruk av salmer og til bruk av salmeboken med barn generelt.

- Folkefrelser til oss kom (N13 2)
- Gjør døren høy/Gjer døri høg (N13 5)
- Mens frost og vintermørke rår (N13 18)
- Nå tenner vi det første lys (N13 19)
- Nå tenner vi vår adventskrans (N13 21)
- Hosianna Davids sønn/Hosianna Davids son (N13 22 og 23)
- Tenn lys (N13 25)
- Solbarn, jordbarn (N13 26)
- «Biejjiem jih askem» (N13 241 Ss)
- Lord, I lift your name on high (N13 389)
- La oss vandre i lyset (N13 431)
- Gud skapte lyset (N13 243)
- Vi tenner lys (N13 640)
- Lean on me (N13 646)
- Rop høyt av glede Sions datter (N13 906)

Fra Samisk salmebok:

- Beavivi ja mànu (Salmbamagirji II nr. 766) (Samisk salmebok)
- Biejjev ja mànov (Julevsàme Sàlmagirjje nr. 14) (Lulesamisk salmebok)

Fra Syng håp:

- Nå øyner vi lyset av dagen (Syng håp nr. 96)
- Gloria, gloria, gloria (Syng håp nr. 16)
- Alle barna synger Gloria (Syng håp 2 nr. 3)



3.0 Gudstjeneste og samlinger
Lys våken | Side 49 av 88

- Hvor to og tre er samlet i mitt navn (Syng håp 2 nr. 36)
- Nkembo - Det blir fest i himmel og på jord (Syng håp 2 nr. 57)

Fra andre:

- Cantai au senhor / Com, syng for vår Gud (Salmer 1997 nr. 89)
- Lille Barn (Treklang 2007 utg. 45)
- Nå kommer julens høytid snart (Vi synger i kor 1 og 2)
- Se han kommer, Hosianna (I Guds hus, Ung kirkesang 1999)
- Spill din glede (Ung kirkesang)
- Vi kommer med sang vi kommer med spill (Gutten som englene sang om, Egil Hovland)
- Til Betlehem (Gloria! Advent og julesanger, IKO)
- Jerusalem, hils kongen din (Bileams esel, Det norske misjonsselskap)
- Venteise i Advent (Geir Hegerstrøm, Cantando Musikkforlag)
- This little light of mine (Treklang 2007 utg. 119)
- Lys levende (Barnegospel notepakke fra KFUK-KFUM)
- Barna i helligdommen (Treklang 2007 utg. nr 331)
- Jumping in the house of God (fin til dans)



4.0 Lys våken-sangen

Noter, singback og lydfil kan lastes ned fra ressursbanken.no. Her finnes også video som viser instruksjon til bevegelsene.

LysVåken

♩ = 129

Musikk: Kristin Fjellseth
Tekst: Vidar Kristensen og Kristin Fjellseth

The musical score is written in a single system with a treble clef and a key signature of two flats (Bb and Eb). The tempo is marked as quarter note = 129. The score consists of 29 measures, with lyrics written below the notes. Chord symbols (Bb, F, Cm, Gm) are placed above the staff at various points. The lyrics are in Norwegian and describe the 'Lys våken' (Light awake) song. The score ends with a double bar line and the instruction 'D.C. al Coda'.

Tenk å få væ - re med, å til - ho - re slik et ste -
Lys vå - ken, hva vil det si? Å vil - le å se å gi -

5 ed. Der bar - na er størst, de små kom - mer først.
- i Det go - de til de som treng - er det mer

9 Vi le - ver og vi er til, i lat - ter i gråt og smi -
Hver mor - gen, hver dag, hver kveld, vi kjen - ner det i oss se -

13 il. Stor - re enn alt, vi er stør - re enn alt. Å
- elv. Å

17 syng - e drom - me og be Her i vår kir - ke.
le - ve, hvi - le og se Her i vår kir - ke. Vi er

21 Sam - les, spi - se og le.
våk - ne, og her kan all - ting skje.

25 Lys vå - ken, lys, lys vå - ken. Her er det liv, det er lys, det er sa -
Her er det fest, vi blir med, med en ga -

29 - ang. Og vi syng - er sam - me - en!
- ang.

D.C. al Coda ↻



4.0 Lys våken-sangen
Lys våken | Side 51 av 88

33 E^b F Gm F
Og når det blir mørkt om-kring oss, og natt-en virk-er la-

37 E^b F Gm F/A
ang, er vi glad vi har en kirk-e, fylt av gle-de lys og sa-

41 E^b F Gm F
ang! Vi er sam-men, vi er våk-ne, vi har fest og vi har ly-ys!

46 B^b F
Lys vå-ken, lys, lys vå-ken. Her er det liv, det er lys, det er sa-
Her er det fest, vi blir med, med en ga-
Her er det liv, det er lys, det er sa-

50 Cm Gm F Repeter 3x
- ang. Og vi syng-er sam-me-en!
- ang.
- ang.

54 B^b F
Hver mor-gen, hver dag, hver kveld, vi kjen-ner det i oss se-

58 Cm Gm F B^b
- elv. Stor-re enn alt, vi er stor-re enn alt.




4.1 Alternativ lys våken sang fra Bragernes menighet

Jørn Fevang
28.11.2012


OMKVED

F F/E dm gm Csus4 C F dm gm Csus4 F



Lys vå-ken for Ham som selv er ver-dens lys. Lys vå-ken for dem som li - der.---

dm gm Asus4 A7 Bb



VERS 1 Her i Guds hus___ vi ber for dem som ram - mes av
2 Her - re vi vå - ker for klo - den vår._____ Vekk___ oss til
3 Æ - re til Gud___ og Je - sus Krist._____ Æ - re til den

dm Csus4



krig___ og vold_____
hand - ling nå._____
Hel - li - ge Ånd._____



5.0 Innhold og tema

5.1 Lys våken for hverandre – velg selv

Jesus i tempelet

Lys Våken kan være første gang en 11-åring overnatter hjemmefra uten foreldrene sine. Det kan føles spennende, men også skummelt. Det kan være fint å skape et rom der 11-åringene indirekte får mulighet til å snakke om hvordan de synes det er å være med på Lys Våken, og får sette ord på ulike tanker og spørsmål som dukker opp. Fortellingen om da Jesus som 12-åring var alene i tempelet uten mor og far kan være fin å bruke, fordi det er en fortelling de kan kjenne seg igjen i.

Filmen «Velg Selv» er en kort film på under 3 minutter som fungerer godt som en igangsetter for samtale. En kan gjerne sitte sammen i mindre grupper med en voksen som leder samtalene. Hvis en har plass til alle gruppene i samme rom, kan en formidle bibelfortellingen og vise filmen uten at en må flytte på seg.

I bibelen kan vi lese denne fortellingen:

Velg om du vil lese fortellingen fra Lukas 2, 41-52, gjenfortelle fritt selv, eller lese en variant av denne gjenfortellingen.

Da Jesus var 12 år, omtrent på din alder, dro han sammen med foreldrene sine til Jerusalem for å feire påske.

Da de skulle reise hjem igjen, fant ikke foreldrene ham, og de lette og lette.

Til slutt fant de Jesus i det store tempelet i Jerusalem. Der satt han og snakket med de voksne.

Maria, moren til Jesus, sa til Jesus da de endelig fant ham: Hva gjør du her? Vi har vært så redde for deg, og vi har lett overalt.

Jesus svarte: Hvorfor lette dere etter meg? Dere forsto vel at jeg var her i tempelet, i min fars hus?

Men foreldrene til Jesus forsto ingenting.

Så ble Jesus med foreldrene sine hjem igjen til Nasaret. Det står i fortellingen at Jesus var lydige mot foreldrene sine fra den dagen. Moren til Jesus husket det som hadde skjedd, og hun tenkte mye på det, for det var så mye hun ikke forsto.

Samtale om fortellingen i mindre grupper (gjern 8-10 tweens).

Forslag til spørsmål for å sette i gang samtalen:

- Har du noen gang vært redd fordi du var alene, eller fordi noen ble borte og du ikke fant dem igjen?
- Har du opplevd noen ganger at foreldre dine ikke forstår deg?
- Hva tror du den 12 år gamle Jesus snakket med de voksne i tempelet om?
- Hvorfor tror du Jesus valgte å bli igjen i tempelet, i stedet for å være med foreldrene sine?
- Hva tror du Jesus følte da moren sa at hun hadde vært redd for ham?



Vis filmen: velgselv.no

- Samtale om filmen i mindre grupper (gjerne 8-10 tweens).

Forslag til spørsmål for å sette i gang samtalen:

- Hva la du mest merke til i filmen, hva fikk filmen deg til å tenke på?
- Hva kan du snakke med voksne om som er vanskelig? Har du noen voksne du stoler på? (dette trenger de ikke å svare høyt på, men kan bare tenke litt på inni seg)
- Kan du komme på noen situasjoner der det er bra at barn velger selv, og ikke gjør som foreldrene sier?

Forslag til flere/andre temaer en kan snakke om etter å ha sett filmen sammen:

Mobbing:

- I filmen var det noen barn som dytta på og tulla med en jente. Det var noen gutter som så det og ga beskjed til en voksen som hadde vakt på skoleplassen.
- Hva tror du den voksne gjorde?
- Hva er mobbing?
- Hva kan du gjøre hvis du vet om noen som blir mobbet?
- Hva kan du gjøre hvis noen mobber deg?

Skjermtid:

- På filmen ser dere en jente som sitter i sofaen alene og ser på noe på ipaden som hun ikke har lov til.
- Hva tror du hun ser på?
- Vi har mye tilgjengelig på internett og på mobil og nettbrett, men det er ikke alt som er laget for at barn skal se det.
- Har du noen gang sett på noe som du ikke likte?
- Hva gjorde du da?
- Hvor mye tid synes du at du skal få bruke hver dag på skjerm?
- Hvordan kan voksne følge med på hva du ser på?

Kjærestes:

- På filmen ser du en jente som tar hånden til en gutt.
- Tror du gutten likte det?
- Hva kunne gutten sagt eller gjort hvis han ikke likte det?
- Tror du jenta tok hånden hans fordi hun ville det selv, eller fordi noen hadde utfordret henne til å gjøre det, for å se om hun turde?
- Hva kan være fint med å ha en kjæreste?

Dumme voksne:

- Så du at foreldrene til jenta kranglet? Hva tror du jenta tenkte da? Var hun lei seg eller sint?
- Hvorfor tror du at foreldrene kranglet?



- Det er helt vanlig at voksne krangler, og ikke noe å være redd for. Som oftest blir voksne venner igjen med en gang. Men ikke alltid. Da kan det være fint å snakke om hvordan en har det med noen andre voksne som en er glad i.

Dårlig samvittighet:

- På filmen så du at guttene hadde med seg sekker med noe oppi. Hva tror du var oppi sekkene? Var det noe de hadde stjålet? Hvorfor hadde den ene gutten så dårlig samvittighet? Tror du at de gjorde noe som de ikke hadde lov til? Synes du det så spennende eller nifst ut? Så det ut som at gutten hadde lyst til å være med på det, eller ikke? Tror du at de andre guttene presset ham?
- Noen barn får lov til alt, mens andre har foreldre som er kjempestrengte. Hva synes du er best?
- Hva kan vi gjøre når noen vil ha oss til å gjøre noe som vi egentlig ikke har lyst til å gjøre, eller som vi vet at vi ikke får lov til? Det er lov til å si nei, dette vil jeg ikke.
- Hva kan vi gjøre dersom vi har gjort noe galt, fått dårlig samvittighet, gjort noe vi vet vi ikke burde? Vi kan si unnskyld. Vi kan fortelle om det til noen voksne.

Flere tips til aktiviteter knyttet til filmen finner du på: velgselv.no



5.2 Lys våken for verden

Her er et forslag til hvordan du kan sette fokus på å være Lys våken for verden, få frem det internasjonale diakonale aspektet og for å lage en god ramme rundt aktiviteten lage flagglenke. Det kan også brukes i søndagsskolesammenheng, og i andre aktiviteter i menigheten. Til denne aktiviteten er også utdeling av fastebøsse lagt inn.

Opplegget kan vare i alt fra ti minutter, til tre timer avhengig av hvordan du tilpasser det.

Til aktivitetene trenger du:

Lysvåken PP-presentasjonen (du finner den på <https://www.kirkensnodhjelp.no/om-oss/for-kirkene/advent-og-jul/>) (Informasjonen som følger står også i notatene til bilde 1 i presentasjonen)

Lilla pappbøsse til utdeling (slide 9) (Kanskje menigheten har disse liggende fra tidligere, ellers kan de bestilles gratis fra Kirkens Nødhjelp giverservice. Koronavri: I stedet for kontanter i bøssa, kan en lage en liste over "donasjoner" og oppbevare den i pappbøssa.

Materiell til å lage flagglenke (slide 10):

- Skrive ut flaggark- mulig å kjøpe ark med ferdig lim på baksiden
- Limstifter
- Sakser
- Solid tråd
- Hvis en vil ha inn ekstra miljøvennlig vri, kan en bruke gamle lyse/ hvite stoffer, skrive ut flaggbildene på spesielle ark som kan strykes på tøyet, og etterpå klippe ut og lage flagglenker som over. Det fungerer helt fint med ubleket lerret også!

Tips: Legge ved en lapp/invitasjon til barna og familiene deres med informasjon om julegudstjenesten når du deler ut den lilla pappbøssa. Da kan de ha med seg den lilla pappbøssen tilbake til kirken, og gi den sammen med dagens offergave til Kirkens Nødhjelp, eller som en separat innsamling.

Forslag til andre aktiviteter du kan la deg inspirere av:

- **Se en film:** F.eks en film om Den gamle skomakeren av Tolstoj. Tema: Jesu ord om at det du gjør mot en av mine minste, gjør du mot meg.
- **Lag «verdensmat» til Lys Våken:** Her finner du oppskrifter fra Afrika: <https://www.matprat.no/opskrifter/#1/////afrika/////new/>

Her finner du vegetarretter: <https://www.matprat.no/opskrifter/#1//////////vegetar/relevance/>

- **Lag stjerner** som kan henges opp i kirken i adventstiden. Stjernene kan minne oss om stjernen som viste veg til Jesus og at vi kan være «stjerner» som er med å lyse opp livet for andre mennesker. Forslag til oppskrift: <http://clara-diedrich.blogspot.com/2012/12/gldelig-1-sndag-i-advent.html> og <http://starfolds.dk/stjernestrimler/hvordan-fletter-man-julestjerner/>



- **Rettferdighetslek:** Barna kan være i grupper på 5-6 og skulle dele noe spiselig (godteri, frukt, kjeks, grønnsaker) som ikke lar seg dele likt i gruppa. Si til dem at de skal dele rettferdig. Hvordan løser de det? Samtale om det etterpå. Hvordan delte de, ble alle fornøyde, ble det rettferdig? Hvorfor/hvorfor ikke? Trekke parallellen ut til rettferdighet i verden.

Her følger tekstene videre til bildene i Power Point- presentasjonen Lys våken:

Slide 2

Dette kan du si:

Snart er det advent?? Skulle det ikke stått jul? Vet dere hvordan advent og jul henger sammen?

Bring samtalen over til ventetid og adventstida.

Slide 3

Refleksjon

Hva handler advent om? **Tips:** Se på bildet, snakk sammen om hva de ser. Kjenner de igjen noen fra juleevangeliet?

Fakta om advent (Dette kan du si):

I kirken har vi en egen kalender, som følger faste rytmer gjennom året, der vi følger Jesu liv. Jul, påske og pinse er de største feiringene i kirkeåret. I denne kalenderen ligger det 2 fastetider. Den ene rett før påske, den andre går vi inn i nå.

Advent handler om ventetiden og lyset som kom til verden. Advent betyr «komme» Det er en fastetid, derfor er den lilla fargen adventsfargen i kirka.

Dette skal vi feire - i tillegg til at 1. søndag i advent markerer starten på et nytt kirkeår.

Slide 4

Dette kan du si:

Josef og Maria på vei til Betlehem.

Fortell historien om Maria og Josef som først ikke fikk plass i noe herberge, men til slutt var noen som hjalp dem og ga dem en plass i en stall sammen med dyra. Tenk så bra at noen hjalp dem.

Les gjerne hele juleevangeliet høyt fra Lukas 2, 1—20

Det som skjedde i denne stallen for over 2000 år siden, markerer tiden vi går inn i – advent.

Jesu liv, han viste oss hvordan vi skulle leve. I bibelen finner vi fortellinger om hans liv, som gir oss leveregler for livet vårt nå. Han forteller om barn og voksne som av en eller annen grunn føler seg utestengt. Han oppfordrer oss til å se og ta vare på de som ikke har det så bra. Han ber oss være Lysvåken.

Navnet Lysvåken handler ikke om at vi skal være våkne hele natta, men at vi skal være våkne overfor det som skjer i oss og rundt oss. Vi skal være våkne overfor Gud, hverandre, verden og oss



selv. Ikke minst kan vi oppleve at Gud er Lys våken for oss.

Slide 5

Dette kan du si:

Lysvåken- hva vil det si? Vi har allerede forstått at det ikke betyr at vi ikke skal sove om natta. Men kan dere tenke dere hva det betyr? Sånn helt konkret? Dere har sikkert hjulpet noen som har falt og slått seg noen gang? Eller hjulpet noen som hadde tung sekk å bære? Kanskje dere har rydda plast ved havet? Følge med på de rundt deg, er det noen som ikke har det bra? Ensomme i koronatid?

Jesus, som ble født i den fortellingen vi leste, ble og er- en viktig mann for oss som er kristne. Tenk, han ble født i en stall, og ble en konge! Han lærte oss etterhvert masse om rettferdighet. Han er grunnen til at vi er her i dag, Han ønsker at vi skal være Lys våken for oss selv og lys våkne for menneskene vi har rundt oss. Vi tror at Gud har skapt både oss og naturen vi lever i. Jesus var Guds sønn. Alt han lærte oss står det om i det nye testamentet i Bibelen. Vi tror at han er midt i blandt oss, og at Jesus hører oss når vi ber.

Til den som presenterer:

Forslag til bibeltekst om rettferdighet, les den med fordel direkte fra bibelen:

[Matteus, 7.12](#)

Alt dere vil at andre skal gjøre mot dere, skal også dere gjøre mot dem.

Matt, 25, 31- 40

For jeg var sulten, og dere ga meg mat; jeg var tørst, og dere ga meg drikke; jeg var fremmed, og dere tok imot meg; jeg var naken, og dere kledde meg; jeg var syk, og dere så til meg; jeg var i fengsel, og dere besøkte meg. Da skal de rettferdige svare: 'Herre, når så vi deg sulten og ga deg mat, eller tørst og ga deg drikke? Når så vi deg fremmed og tok imot deg, eller naken og kledde deg? Når så vi deg syk eller i fengsel og kom til deg? Og kongen skal svare dem: 'Sannelig, jeg sier dere: Det dere gjorde mot én av disse mine minste søsken, har dere gjort mot meg.

Matt 18, 20

For hvor to eller tre er samlet i mitt navn, der er jeg midt iblant dem.

I lysvåken-sangen står det i et av versene; « Lys våken, hva vil det si, å ville, og se, og gi, det gode til de som trenger det mer». Hva tenker dere om det? Hva tror dere den som har skrevet sangen tenker om hva er det gode? Hvordan vet vi at det er noen som trenger det mer?

Til den som presenterer:

(I denne samtalen er det viktig å fokusere på at vi kan gjøre en forskjell med små ting i hverdagen. Ikke skape dårlig samvittighet, men ha fokus på at vi kan gjøre litt hver dag)



Vi kan gjøre mye for de menneskene som er rundt oss, et smil og et «hei» kan gjøre dagen bedre for noen uten at du er klar over det!

I kirkene har vi flere organisasjoner som hjelper oss med å arbeide for rettferdighet og ta vare på skaperverket. Både her i Norge og i utlandet. Kirkens Nødhjelp er en av organisasjonene som arbeider for menighetene der det er krig og nød. Vi samler inn penger her i Norge. Kirkens Nødhjelp gjør for eksempel pengene om til rent vann der de mangler det. Hygiene er viktig nå, pga. korona, muligheten for god håndvask er ekstra viktig – smittevern.

Slide 6:

Dette kan du si:

Dette er et kart over verden. I verden bor det 7,8 milliarder mennesker (ifølge FN 2020)– og her bor også du!

De landene som er markert med lillafargen, er det landene hvor Kirkens Nødhjelp arbeider og har kontorer.

Kirkens Nødhjelp arbeider for å redde liv og kreve rettferdighet. Det er Jesus som har lært oss det, og vi gjør vårt arbeid ute i verden på vegne av kirkene i Norge. Det er mat nok og nok rent vann til alle mennesker. Men ikke alle mennesker har rent vann eller spiser seg mette hver dag. Det er ikke rettferdig!

Vi bor i Norge, og her er det mange som gjør gode ting for andre, som er lys våken for de som er rundt dem. Du er en av dem.

Og så finnes det mennesker som er lys våken i mange andre land også. Du skal få møte noen av dem nå.

Slide 7:

Dette kan du si:

Dette er Hadeel fra Syria. Hun kom til byen Beirut i Libanon for 1 år siden sammen med familien sin. De er flyktninger.

Hadeel har opplevd krig i hjemlandet sitt, og i høst var det en eksplosjon i den nye byen hennes. Det minnet henne på alt det vonde de opplevde i krigen i Syria.

På grunn av korona-situasjonen går hun ikke på skole akkurat nå, men håper den snart starter igjen. Hun vil gjerne bli barnelege, og hjelpe barn som har det vanskelig.

Rett før dette bildet ble tatt fikk familien til Hadeel en stor eske, "hygienepakke", som Kirkens Nødhjelp deler ut i Beirut etter eksplosjonen. I pakken er der hygieneartikler. Munnbind, vaskemidler, sjampo, håndsprit, kluter, sanitærbind - og tannbørster og tannpasta. Noe av dette holder hun i hendene på bildet.

Hygienepakken hjelper dem å holde seg friske, og mulighet til å gå ut for f.eks å handle mat.

Slik kan penger Kirkens Nødhjelp samler inn i Norge bli til hjelp for andre.



Kan man være Lysvåken for andre selv om man har det litt vanskelig selv?

Her er mer om situasjonen til Hadeel:

Vil hjelpe andre

11 år gamle Hadeel bor i en knøttliten leilighet i bydelen Naabba, et svært fattig område i sentrum av Beirut sammen med mamma og pappa, søsteren Alaà (9) og brødrene Humoudi (7) og Walid (5). Familien er opprinnelig fra Syria, men kom i fjor til Beirut som flyktninger.

I august i år (2020) ble byen rammet av en stor ulykke. En eksplosjon i noen lagerbygninger førte til store ødeleggelser i byen, mange skadde og noen mennesker døde.

– Da eksplosjonen skjedde, ble jeg livredd og løp ut sammen med mamma og pappa og søsknene mine. Alt ristet veldig, alle vinduene rundt oss ble knust, og det bråkte helt forferdelig. Hadde vinduene våre vært lukket, hadde vi helt sikkert blitt skadet. Når jeg hører høye lyder nå, blir jeg veldig redd. Da tror jeg at det skal komme flere eksplosjoner. Det minner meg om krigen i Syria. Vi har nå bodd her i Beirut i nesten ett år, og jeg har følt meg helt trygg. Nå tenker jeg på krig igjen. Det er veldig vondt, sier Hadeel, som med sine egne opplevelser har bestemt seg for å hjelpe andre.

– Jeg håper at jeg kan få gått på skolen igjen. Det jeg aller helst vil, er å bli barnelege ... fordi jeg ønsker å hjelpe barn som ikke har det bra)

Slide 8

Benedicte Næss Hafskjold, 38 år fra byen Drammen i Norge. Hun har lang erfaring med å være frivillig og hjelpe mennesker som har det vanskelig, både i Norge og andre land.

Hun er ansatt i Kirkens Nødhjelp, og er ekspert på hygiene. Det handler om hvordan man kan hindre at smittsomme sykdommer sprer seg.

En viktig ting hun lærer bort er å vaske hendene. Vi i Norge har blitt ekstra oppmerksom på hvor viktig det er å vaske hendene etter at korona-viruset kom hit. Men i mange land har det vært viktig å lære seg for å unngå andre smittsomme sykdommer også.

Nå arbeider hun for Kirkens Nødhjelp i Libanon (landet Hadeel bor i) Hun og medarbeiderne hennes deler ut mat sammen med frivillige fra kirke i Beirut. Benedicte er hun i midten på bildet. I tillegg til matutdeling leverer de også ut hygienepakker som inneholder hjelpemidler for å holde seg ren. Eksempler på hva dette kan være? (Munnbind, vaskemidler, sjampo, håndsprit, kluter, sanitærbind - og tannbørster og tannpasta.)

Til deg som presenterer dette: Her er en artikkel om en gøy måte å lære viktigheten av å vaske hendene grundig... <https://www.kirkensnodhjelp.no/nyheter/kirkens-nodhjelps->



blogg/2020/handvask-med-glitter/

Slide 9:

Dette kan du si:

Olve heter gutten på bildene, han er nå 11 år. Han syntes det var så mye urettferdighet i verden, og ville gjøre noe med det. Da han var 5 år startet han med å pante flasker og ga pengene han fikk fra det til Kirkens Nødhjelp. Pengene la han i den lilla pappbøssa, og voksne i familien leverte de videre til kirka/ Kirkens Nødhjelp. Dette gjorde han i noen år.

Sammen med mamma, fb, etter hvert media har han samlet inn nesten 30.000,-

Nå er han litt lei og derfor har han en pause, men hjerte for å hjelpe andre kommer Olve alltid til å ha.

Man er aldri for liten eller for stor til å gjøre noe for andre,- å arbeide for en rettferdig verden! Å være Lysvåken!

Og I Kirkens Nødhjelp ser vi at det nytter! Flere mennesker har tilgang til rent vann, flere får gå på skole, flere og flere jobber seg ut av fattigdom. Verden blir bedre! Når vi arbeider sammen, kan vi få til enda mer. Som Lysvåken er du med I dette arbeidet for en rettferdig verden!

Til deg som holder presentasjonen:

Her kan den lilla pappbøssa leveres ut hvis dere vil bruke den. Utfordre deltakerne på å gjøre en "arbeidsavtale" med familien, der inntektene gis til Kirkens Nødhjelp. Eller kanskje de har andre forslag til hva de kan gjøre for å samle inn penger.

Korona-situasjonen har ført til at kontanter nesten ikke er I omløp- Pappbøssa kan brukes som oppbevaringssted av et innsamlings skjema, der en skriver inn oppgaver/gjøre mål og avtaler hvor mye penger en skal få. Dette kan de som skal betale Vipps til en av de voksne. Som Vipps videre til menigheten eller direkte til Kirkens Nødhjelp.

Hvis Korona-situasjonen tillater det:

Fortelle om konseptet med å pante flasker hvor man en dag i uken samler inn fra venner, familie, og naboer, som man panter. Pengene legges på bøssen. Bøssene med pengene kan man ta med til kirken og legge i offerskåla på julaften. Så sørger menigheten for at pengene sendes til Kirkens Nødhjelp. (Eller en annen anledning, hvis menigheten ikke har offer til Kirkens Nødhjelp på julaften. Det er også mulig å Vipps beløpet til Kirkens Nødhjelp eller menighetens nummer)

Slide 10:

Aktivitet- lage flagglenke

Dette kan du si:

Å være Lysvåken kan altså være å se de som er rundt en, og forsøke å hjelpe der det trengs. Det er flott at vi ser de som er i nærheten av oss, men for å minne oss om alle de menneskene i verden vi ikke ser, vil vi gjerne lage en flagglenke som kan henge på juletreet her i kirka, eller du kan ta den med hjem.

Flaggene på arkene representerer de landene du så tidligere på kartet, de landene Kirkens Nødhjelp har kontorer. Kirkens Nødhjelp er medlem av en større organisasjon som heter ACT allianse (Action



by Churches together). Gjennom samarbeid i denne organisasjonen når vårt arbeid 140 land i verden! Kanskje dere har tid til å finne ut hvilke land flaggene tilhører 😊

Slide 11:

Øve på å være Lysvåken i dag?

Tips til å være Lysvåken i løpet av dette arrangementet:

Å ha en hemmelig venn i løpet av kvelden? I kveld skal vi sove i kirken. Det er viktig at vi passer ekstra godt på hverandre. Derfor skal dere få en hemmelig venn dere skal være litt spesielt omtenkssomme for i kveld og natt. Dere må ikke si hvem den hemmelig vennen deres er, men vise det ved å være ekstra snille mot hverandre. I morgen når vi står opp skal dere fortelle oss andre hvem dere tror har vært deres hemmelig venn.

Gi en oppgave de skal gjøre til gudstjenesten i morgen? Oppgave må du tenke ut i forkant, og disse kan du dele ut på papir eller muntlig mens dere er samlet.

De kan være Lys våken for verden ved å skrive en bønn som kan festes på et bønnetre, eller legges i sentralt i kirkens slik at disse er synlige til gudstjenesten i morgen: Her er det bare fantasien som setter grenser.

NB! Om deltakerne ikke skal overnatte, og dermed får mindre tid til sin hemmelige venn, kan de få en hjemmeoppgave. F.eks. tegne en tegning og skrive et hyggelig kompliment til sin hemmelige venn. Tegningen får de når de treffes dagen etter. En annen mulighet er å sende en hyggelig hilsen fra mobilen sin.

Slide 12:

Tenn lys, og vær lys våken for verden.

Avslutt gjerne med å slukke lys i rommet, for så å tenne et lys i globen mens dere ber bønner for en mer rettferdig verden.

Neste slide inneholder video med sangen «Tenn lys» med Helene Bøksle og et barnekor. 5.vers er også med!

5. Vers av «Tenn lys»

Tenn lys for livets rikdom,

for jord og luft og vann!

Tenn lys for fred og vennskap,

for barn i alle land!

Må ingen være redde

og mangle hjem og brød!

Tenn lys og håp for verden



mot fattigdom og nød!

Slide 13:

Syngesammen

Her kan dere syng «Tenn lys» sammen. Hvis dere vil syngesammen med Helene Bøksle, finner du sangen her: <https://www.youtube.com/watch?v=EA0tJCaLAc8>

Å tenne ett hvitt lys på det 5.verset er en fin ting!

Tenn lys: N 13 25 Tekst: Eyvind Skeie 1988

På <https://www.kirkensnodhjelp.no/om-oss/for-kirkene/advent-og-jul/tenn-lys/> finner du refleksjon over det 5.verset av Eyvind Skeie

5. Vers av «Tenn lys»

«Tenn lys for livets rikdom,

for jord og luft og vann!

Tenn lys for fred og vennskap,

for barn i alle land!

Må ingen være redde

og mangle hjem og brød!

Tenn lys og håp for verden

mot fattigdom og nød!

Andre sangforslag:

- Jeg er en superhelt (Soulchildren)
<https://open.spotify.com/user/solseng/playlist/5nw4nbk8YaUWti4BXn7epy>
- Solbarn, jordbarn (N 13 26)
- Vi er barn av lys og skygge (N 13 504)
- Da jeg trengte en neste (N 13 671)
- Lysvåken-sangen
- «Kjære Gud vi ber om nåde» <https://www.youtube.com/watch?v=GwFPnPfm57g>
(Kan for eksempel brukes som forbønn på gudstjenesten, eller under bønnevandring)



Slide 14:

Andre oppgaver

Hvis du ønsker å la opplegget prege hele Lys Våken-samlingen, har vi også forslag til andre aktiviteter du kan la deg inspirere av:

- **Se en film:** F.eks en film om Den gamle skomakeren av Tolstoj. Tema: Jesu ord om at det du gjør mot en av mine minste, gjør du mot meg.
- **Lag «verdensmat» til Lys Våken:** <https://www.kirkensnodhjelp.no/om-oss/for-kirkene/ressursbank/for-barn/lag-mat-fra-hele-verden/>
- **Lag stjerner** som kan henges opp i kirken i adventstiden. Stjernene kan minne oss om stjernen som viste veg til Jesus og at vi kan være «stjerner» som er med å lyse opp livet for andre mennesker. Forslag til oppskrift: <http://clara-diedrich.blogspot.no/2012/12/gldelig-1-sndag-i-advent.html> og <http://starfolds.dk/stjernestimler/hvordan-fletter-man-julestjerner/>
- **Rettferdighetslek:** Barna kan være i grupper på 5-6 og skulle dele noe spiselig (godteri, frukt, kjeks, grønnsaker) som ikke lar seg dele likt i gruppa. Si til dem at de skal dele rettferdig. Hvordan løser de det? Samtale om det etterpå. Hvordan delte de, ble alle fornøyde, ble det rettferdig? Hvorfor/hvorfor ikke? Trekke parallellen ut til rettferdighet i verden.
- Gjøre noe for andre...tegning

Slide 15

Takk for at dere er Lysvåken for en mer rettferdig verden!

5.3 Lys våken for miljøet, aktiviteter, leker og sanger

Salmer

- N 13 290 Takk, gode Gud for alle ting
- N 13 292 Den prektig kledde sommerfugl
- N 13 293 Many and great, O God, are your works (engelsk og nordsamisk)
- N 13 718 Du gav oss perlen
- N 13 725 Vern og beskytt meg
- N 13 731 Jeg folder mine hender små (Bokmål, nynorsk og nordsamisk)

Sanger fra Syng håp

- Levende vann / Skal det gode landet legges øde (Syng håp 2, 65)
- Med alt på jord er vi forbundet (Syng håp 2, 54)
- Gi oss, Gud, gi oss i dag, gi oss i dag vårt daglige brød (Syng håp 2, 17)
- Vern og beskytt meg (Jordens bønn) – (Syng håp 1, 83)

Å så vakkert



- Øyvind Berg (2010): Miljøboka «Å så vakkert» og Musikal «Å så vakkert» av Hans Inge Fagervik, IKO

«Levende vann»

- Bygg et legohus og sett det på en isblokk i et gjennomsiktig glasskar. Sakte smelter isen, og vannet stiger over huset.
- Snakk om situasjonen for mange barn som lever på øyer i Stillehavet, som etter hvert vil bli dekket av vann pga klimaendringer.
- Mal evt. bilder som tar for seg vann og miljø.
- Samle dere rundt døpefonten i kirken og snakk om dåpen og den samaritanske kvinnen, som Jesus møtte ved brønnen, og som spurte etter «levende vann».
- Syng Tore Thomassens sang «Levende vann» (Syng håp 2, 65).

(Idé fra Borgund menighet, trosopplæringsprosjektet "Levende vann" – se "Grønn kirkebok" s.55-57. Se også ideer fra Saltdal menighet, Grønn kirkebok s. 67, om tema "Isen smelter").

I en miljøengasjert menighet som er eller er i gang med å bli grønn menighet

Se brosjyren «Vår grønne menighet» på kirken.no

Også barn er invitert til å komme med ideer. Skriv ned og gi listen til en voksen leder. Dette kan organiseres som et fremtidsverksted, se eget dokument.

Håpsblomster (som avslutning på en samling)

Materiell: noen store boller eller fat med vann, flytelys, pinner, ark i ulike farger – klippet til som blomster med store kronblad.

Deltakerne samles i grupper på fire-fem rundt noen store vannboller. Del ut ferdig klippede papirblomster og pinner. Alle skriver et ønske, et håp eller en bønn (om skaperverket, klima, miljø, rettferdighet ...).

Brett inn kronbladene ett for ett over hverandre. Legg papirblomstene på vannet der det fra før flyter ett eller flere små tente lys.

Se hva som skjer. Vær stille (og legg merke til hvordan kronbladene bretter seg ut).

Ta blomstene ut av vannet. Den som vil, kan gi sin blomst til en av de andre.

Refleksjon: Hva opplevde dere ved å være med på dette?

Avslutt eventuelt med en Bibel-lesning, for eksempel 1 Pet 1,3 eller Hebr. 11,1.

Deretter gjerne velsignelsen og en utgangssang.

(Idé: se «Solidariske skritt», s.135, IKO-Forlaget 2005)



5.4 Misjon

Ideer og tips til misjonsdimensjonen i trosopplæringen finner du på nettsidene til misjonsorganisasjonene (Barne og ungdomsorganisasjonene). De har flere spennende ressurser i ressursbanken.no, søk på «misjon».

På nettsidene finner du formidling om misjon, både konkrete fortellinger og prosjekter – og mer generelt om misjon, tilpasset barn og unge.

- NMSU: Barne og Ungdomsorganisasjonen til NMS. (www.nmsu.no)
- ACTA – barn og unge i Normisjon (www.acta.as)

5.5 Samiske perspektiv

Husk å involver noen samiske perspektiver i opplegget!

Kristus-legende: «Skearjka» (nordsamisk), «Váhtaldákka» (lulesamisk), «Vadtese» (sørsamisk); forfatter: Anne-Grethe Leine Bientie. En bok som bestilles.

Historien knytter Jesus til Sameland. Josef og Maria er på flukt med det lille Jesus-barnet. De er i ørkenen, og det er kaldt. En isende vind blåser gjennom klærne. Hvordan skal det gå med barnet? Marias bønn om hjelp blir hørt, for Gud sender en engel til samene i nord. For samene vet hvordan man skal berge barn gjennom kalde vinternetter ...

Tema verdens lys på samisk: [biejje/ biejvve/ beaivvÅiÅi](http://biejje/biejvve/beaivvÅiÅi) på osku.no

Mer informasjon om samisk trosopplæring finner du på kirken.no

5.6 Jeg sa det i går

«Jeg sa det i går» er et opplegg fra KFUK-KFUM og KFUK-KFUM Global.

Det er en sang og opplegg for å få barn til å reflektere over klima og miljø. Det er også formingsaktiviteter, drama og andakt.

Noter og musikkvideo finnes digitalt.

Ressursmateriellet kan lastes ned via ressursbanken.no

5.7 Kristuskransen

Mange menigheter bruker Kristuskransen under Lys våken. Lag gjerne samtale og aktivitetsstasjoner med perlene. Store perler og kransen til utdeling kan bestilles på verbun.no.

Søndagsskolen Norge har tilgjengeliggjort samlinger og aktiviteter til bruk av Kristuskransen. Dette ligger tilgjengelig i ressursbanken.no.

Samiske perspektiver til bruk av Kristuskransen finnes på osku.no



5.8 Fortellerhansken

Fortellerhansken er en kreativ måte å fortelle om dåpen på. En hanske på høyre hånd som blir snudd gang på gang.

Hansken ble utviklet til «Gratulerer med dåpen» og kan bestilles via kirken.no/materiell.

5.9 Gudsbilder

I møte med andre religioner, dens gudsbilder og naturvitenskapen begynner barn i slutten av barneskolen å stille spørsmål på småbarnsalderens gudsbilder. I denne fasen kan det være en berikelse å oppdage flere gudsbilder for egen tro. Dette kan for eksempel gjøres via «Gudskofferten».

Gudskofferten inneholder ca 35 forskjellige gjenstander, som kan bli til symboler for gudsbilder og som kan invitere til samtaler om gudsmetaforer. Gudskofferten kan brukes med barn, unge og voksne.

I ressursbanken.no finnes alt som trengs for å fylle en egen gudskoffert, med instruksjoner, refleksjoner, og bruk av verktøyet og metodikken.



5.10 Fra krybben til korset

En vandring fra krybben til korset. Formidling av Jesu fødsel, ut i fra en vandring i kirkerommet.

Tekst	Rekvisitter	Ansvar Hvor
<p>1. Maria får besøk av engelen, Vet dere at Bibelen er delt inn i to,- før og etter at Jesus ble født. Omtrent her i bibelen ble Jesus født,- men allerede her – 700 år tidligere står det at Jesus skal bli født. Jesaja. Men nå skal vi til år 0, og vi skal til en by som ligger her –Nasaret Menneskene i dette landet har det ikke godt fordi Romerne har overtatt styringen av landet. De hersker med sverd og hester og penger og makt. De hadde hørt at det sto i noen gamle skrifter at det skulle bli født et barn som skulle bli ny konge, og de ventet veldig på denne kongen. De håpet at denne kongen kunne jage romerne ut av landet deres. (Vis hvor i Bibelen det står.)</p> <p>Maria het en jente som bodde i dette landet. Hun bodde i en by som het Nasareth. Hun var kanskje ca 14 – 15 år og hun var forlovet med Josef. De skulle gifte seg. Maria hadde sikkert hørt om dette barnet som skulle bli født og bli konge i Israel. En dag fikk Maria besøk av en engel som sa: Ikke vær redd Maria, du skal bli med barn og du skal kalle babyen for Jesus. Da Josef hørte at Maria var gravid ble han veldig lei seg. Han trodde at Maria hadde vært utro og vært sammen med en annen mann, og han ville skille seg fra Maria i all stillhet. Men så kom en engel til Josef i en drøm, og engelen sa til Josef at han ikke skulle være redd for å gifte seg med Maria. Maria bar Guds sønn i magen, og Josef skulle hjelpe Maria med å oppfostre Jesus. Etter det giftet Josef seg med Maria</p>	<p>Bibel</p> <p>Gammelt og nytt verdenskart</p> <p>Krybbefigurer som brukes som virkemidler</p>	<p>Ring foran alteret</p>
<p>2. Jesus blir født Romerne har som sagt kontroll over dette landet nå, og Keiser Augustus er sjef. Han bestemmer seg for at han vil vite hvor mange som bor i dette landet han har erobret.</p> <p>EN PERSON kaster en kappe rundt seg: Jeg vil ha folketelling i dette landet – alle skal skrives inn i manntall. Jeg vil vite hvor mange det er som skal betale skatt. Alle må reise til den byen slekten deres tilhører.</p> <p>Stakkars Maria og Josef. Maria har stor mage, hun skal snart få barn, men allikevel må de gå i mange dager for å komme til den byen som Josef tilhører, byen Betlehem. Maria får sitte på et esel. De er skitne og veldig slitne nr de endelig kommer frem til Betlehem. De gleder seg til å få sove i en seng. Da de kommer frem er det fullt overalt på vertshusene. Det er mange som er på reise. Til slutt får de sove i en liten stall.</p>	<p>Kappe/bokrull?</p> <p>Julekrybben</p>	



<p>Den natten blir Jesus født, i en liten skitten stall. Det barnet som skal bli konge for verden. Sette opp krybben</p>		
<p>3. Jesus som tolvåring i tempelet Da Jesus var tolv år, tok foreldrene ham med til en by som het Jerusalem for å feire påske. På veien tilbake trodde Maria og Josef at han var med i reisefølget. Etter en dag forsto de at Jesus ikke var med i følget, og de ble fortvilet og lette og lette etter han, men ingen hadde sett ham. Så reiste de tilbake til Jerusalem og lette etter ham over hele byen. De lette etter ham i tre dager, og da fant de ham i tempelet. Der satt han sammen med lærerne i templet og stilte mange spørsmål. Alle var forbløffet over hvor kunnskapsrik og klok han var. Maria og Josef ble nok litt lettet og litt sinte: Hvordan kunne du gå fra oss på den måten? Du måtte vel skjønne at vi ble redde for deg? Men Jesus var overrasket: Dere hadde da ikke behøvd å lete, Dere måtte vel skjønne at jeg var her i min Fars hus?</p>		
<p>4. Jesu liv- lærer, helbreder Dialog med barna – hva vet dere om Jesu liv. Hva gjorde Jesus mens han levde?</p>	<p>Bandasje, Vaskevannsfat Bokrull Sandaler</p>	
<p>5. Inntoget i Jerusalem En person: Det siste året Jesus levde, reiste han sammen med vennene sine til Jerusalem for å feire påske der. Påskan var en stor høytid for jødene, og mange kom til Jerusalem da. Som vi sa tidligere så ønsket jødene seg en konge som kunne jage romerne ut av landet. De ville at Jesus skulle være kongen deres, og de håpet at han skulle bli det denne påskan. Jesus visste at de tenkte sånn. Men han ville vise menneskene at han ikke var en krigerkonge. Han var en annerledes konge. Derfor lånte han et esel som han red på inn i Jerusalem. Mange mennesker ble glade da de så ham på eselet, og de skar greiner av trærne og viftet med dem og la dem på veien. De ropte: Hosanna!</p>	<p>Palmegrener Esel</p>	<p>Kroken bak alteret</p>
<p>6. Fotvaskingen/ nattverden Person a: Vi har nå kommet til den siste påskeuken Jesus levde. Jesus har ridd i Jerusalem på et esel, han har vært på besøk på tempelplassen flere ganger, og nå skal Jesus og disiplene ha et spesielt måltid sammen. Det var et festmåltid de pleide å ha i påskan. Vi er vant til å vaske hendene når vi skal spise. Der Jesus levde var det varmt, og de gikk i sandaler eller barbeint. Da ble de skitne på beina. De satt ikke ved bordet heller, de lå på benker. Derfor vasket de beina før de spiste. Det var vanlig at en tjener gjorde det, men nå gjorde Jesus noe de syntes var veldig rart: Han begynte å vaske føttene deres! Person b: Vasker beina til to elever. Forteller litt om "Skjær" som kommer fra "skira" som betyr gjøre ren, vaske. Mens person b vasker elev nr. to:</p>	<p>Vaskevannsfat Nattverdutstyr som er pakket inn i fine tøypakker. Spennende å pakke ut. Bord</p>	<p>Dialog –</p>



<p>Person a: Men du, hvorfor var det Jesus som vasket bena til disiplene? Jesus var jo læreren og vennen til disiplene. Det var jo tjenerne som pleide å vaske føttene til Jesus og disiplene.</p> <p>Person b: Han ville vise dem hvor glad han var i dem og hvordan han vil at venner skal være mot hverandre. Gode venner er tjenere for hverandre, de: Så skulle Jesus og disiplene spise sammen. Jesus hjelper hverandre.</p> <p>Person b setter seg ned med elevene: Jesus gledet seg veldig til dette måltidet, men han visste det var siste gangen han skulle spise sammen med disiplene sine. Han var lei seg for det, og han var redd, for han visste det snart skulle skje masse leit og vondt med han. Det er godt å være sammen med venner når man er lei seg og redd. Når venner sitter rundt et bord og spiser av samme brød, da kjenner de at de hører sammen. Hva synes dere er godt å gjøre når dere er triste og lei dere?</p> <p>Se litt hva som er i disse pakkene – nattverd og kalk i pakker som åpnes opp. Fortelle litt om nattverden.</p> <p>Mens person b går ut og trekker på seg drakten Etter måltidsfelleskapet gikk de ut til en hage som het Getsemane hage</p>		
<p>7. Langfredag LEDER: Da de kom til Getsemane hage ba Jesus vennene sine om å være våken sammen med ham. Jesus var redd og lei seg. Han gikk litt for seg selv for å be til Gud. Han var fortvilet. Blir avbrutt av «Markus» som kommer gående.</p> <p>LEDER: Men hei, hvem er du? MARKUS: Jeg heter Markus. Jeg er forfatter. Jeg har bl.a. skrevet en av bøkene i Bibelen LEDER: Ja vel, spennende,- men hva er det du har i hånden? MARKUS: Som du ser, er det en bokrull. Jeg har nettopp skrevet ned historien om Jesus. Peter har fortalt meg alt han opplevde sammen med ham, så jeg vet veldig godt hva som skjedde. Jeg tenkte at dere kunne ha interesse av en prat med meg. LEDER: Ja, det skal være visst! Hei, vent, litt (springer og henter en bibel, slår opp i bibelen) Det er altså du som har skrevet ned det som står her? MARKUS: Ja, det har jeg. LEDER: Kult. Vi har nettopp snakket om at Jesus vasket disiplenes føtter og feiret påskemåltidet. Men hvordan gikk det egentlig videre? MARKUS: Hm, ja, det er en lang historie. Jeg kan ikke fortelle dere alt nå, men dere skal få høre noe av det viktigste. MARKUS: Getsemane var engang et fredelig sted, med store, gamle oliventrær. Jesus gikk hit sammen med disiplene sine den første skjærtorsdagskvelden. Mens de var her, kom det en flokk soldater med sverd og stokker! De var sendt ut av overprestene for å fange Jesus. Og de bandt ham og tok ham med seg til øverstepresten.</p>	<p>Begynner å fortelle om Getsemane, men blir avbrutt av "markus" som kommer på besøk.</p> <p>Kappe, bokrull, sandaler</p>	



LEDER: Men si meg en ting: Jesus hadde jo stor makt! Han kunne vel sendt bud på en flokk engler, og da er jeg sikker på at soldatene hadde flyktet med det samme!

MARKUS: Du har rett. Jesus kunne gjerne fått soldatene til å forsvinne hvis han hadde ønsket det, men det gjorde han altså ikke.

LEDER: Mener du at han lot soldatene få fange ham - helt frivillig?

MARKUS: Ja, nettopp. For det var Guds plan. Dette måtte skje for at han skulle bli menneskenes frelser!

LEDER: Men hva gjorde soldatene med Jesus?

MARKUS: De tok ham med til øverstepresten og folkene hans, jeg mener altså Det høye råd. De ville gjerne bli kvitt Jesus.

LEDER: Jeg har hørt at de ville dømme Jesus til døden, men hvorfor det? Han hadde da ikke gjort noe som helst galt?

MARKUS: Nei, det var det som var problemet for dem. Men så fikk de ham til å fortelle at han var Messias, Guds Sønn. Det var det samme som å spotte Gud, mente de. De som spottet Gud, måtte dø.

LEDER: Men jeg har også hørt at øverstepresten og Det høye råd ikke hadde lov til å dømme noen til døden?

MARKUS: Det stemmer! Det var derfor de måtte ta ham med til Pilatus. Han var romersk landshøvding, og han hadde lov til å felle dødsdommer.

LEDER: Men ærlig talt! Pilatus trodde jo ikke på det samme som jødene! Han brydde seg vel ikke om at noen spottet Gud? Han ville vel ikke dømme Jesus fordi om han sa han var Guds Sønn?

MARKUS: Nei, da, helt riktig. Det nyttet ikke å komme med den anklagen overfor Pilatus. De måtte finne på noe annet. De sa at Jesus påsto han var jødenes konge - en som ville ta makten fra romerne. Men Pilatus skjønnte at Jesus slett ikke var noen opprører. Han visste at Jesus var uskyldig.

LEDER: Da burde han vel ha gitt Jesus fri?

MARKUS: Han prøvde jo. Men han var feig. Han ville gjerne bli likt av folkemengden, og derfor sa han at Jesus skulle korsfestes. Men før de kom så langt, lot han soldatene gjøre narr av Jesus. Soldatene flettet en kongekrone av torner og satte den på hodet hans. (Markus tar opp tornekrone.) De slo ham og la seg på kne, som om de ville hylle og tilbe ham. (Markus viser dette med bevegelser.) Så tok de ham med seg ut mot Golgata for å korsfeste ham.

MARKUS: Da soldatene hadde korsfestet Jesus, delte de klærne hans mellom seg. Folk som gikk forbi, gjorde narr av ham og sa: «Frels deg selv og stig ned fra korset!» Og overprestene sa: «Andre har han frelst, men seg selv kan han ikke frelse!»

Hvis han skulle frelse oss, kunne han ikke frelse seg selv og gå ned fra korset. (Markus holder fram krusifikset/korset.)

LEDER: Når på dagen skjedde dette egentlig?

MARKUS: Det var i nitiden om morgenen, ved den tredje time. (Markus peker på klokka.) Men tre timer senere hendte noe som sjokkerte alle som var der! Det ble plutselig helt mørkt - midt på dagen! (Markus henger et sort tørkle over bildet av sola.) Alle fuglene sluttet å synge. Det ble kjølig som om natten! Så gikk det enda tre timer. Da hørte de



<p>som sto der at Jesus ropte: «Min Gud, min Gud, hvorfor har du forlatt meg?»</p> <p>LEDER: Men hadde Gud virkelig forlatt Jesus?</p> <p>MARKUS: Jesus opplevde det slik, ja, og det var forferdelig vondt for ham. For han bar med seg alle menneskers synd da han hang på korset. Gud tåler ikke synd, og derfor opplevde Jesus dette. Han gjorde det istedenfor oss! Vi som tror på Jesus, skal aldri oppleve det forferdelige å bli skilt fra Gud, det vil si: gå fortapt.</p> <p>LEDER: Jeg har hørt at Jesus sa noe mer før han døde?</p> <p>MARKUS: Ja, han ropte ut: «Det er fullbrakt!» (Joh 19,30) Jesus mente at nå hadde han gjort det som trengtes for at alle mennesker skulle kunne bli frelst og komme hjem til Gud.</p> <p>Da Jesus døde, skjedde det flere dramatiske ting. Det kom et kraftig jordskjelv (Matt 27), og forhenget i templet revnet i to fra øverst til nederst! (Markus river et farget tøyestykke i to.) Forhenget skilte mellom de to viktigste rommene i templet, det hellige og det aller helligste. Bare øverstepresten hadde lov til å gå inn i det innerste rommet, det aller helligste - og bare en gang om året. Det forhenget var ikke noe vanlig tøyestykke, skal jeg si dere! Det var tykt som en knyttneve (Markus viser knyttneven). Ikke noe menneske kunne greie å rive det i stykker. Men det var Gud som gjorde det - forhenget revnet ovenfra og ned.</p> <p>LEDER: Jeg lurer på hvorfor Gud gjorde det. Teppet var sikkert veldig fint?</p> <p>MARKUS: Ja, vær sikker. Men nå ville Gud vise at alle Jesu venner skulle få lov til å komme til ham. Nå hadde Jesus tatt bort synden som skilte menneskene fra Gud.</p> <p>LEDER: Men hva tenkte prestene da de oppdaget hva som hadde skjedd med forhenget?</p> <p>MARKUS: Det vet jeg jammen ikke. Men jeg vet noe annet som er ganske interessant. Det var en romersk offiser som sto vakt ved korset. Han ble svært forbauset da han hørte at Jesus hadde krefter til å rope like før han døde. Det var helt uvanlig at noen hadde pust igjen når de hadde hengt på korset en stund. Derfor sa han: «Sannelig, denne mannen var Guds Sønn!»</p> <p>LEDER: Takk for det du har fortalt oss, Markus!</p> <p>MARKUS: Jeg må nevne en ting til før jeg går: Det jeg har fortalt nå, er altså ikke slutten! Det aller viktigste skal jeg bare nevne helt kort: (Markus peker på et bilde av Jesus etter oppstandelsen.) Jesus ble levende igjen, og han lever i dag! Det er jeg sikker på at dere vil få høre mer om senere.</p>		
<p>8. Påskedag</p> <p>Da sabbaten var over og det begynte å lysne den første dagen i uken, gikk Maria Magdalena og den andre Maria for å se til graven. Med ett kom det et kraftig jordskjelv, for en Herrens engel steg ned fra himmelen, gikk fram og rullet steinen til side og satte seg på den. Han var som lynet å se til, og drakten var hvit som snø. Men engelen tok til orde og sa til kvinnene: "Frykt ikke! Jeg vet at dere søker Jesus den korsfestede. Han er ikke her, han er oppstått slik som han sa. Kom og</p>		



<p>se stedet hvor han lå! Skynd dere av sted til hans disipler og si at Jesus har stått opp. De skyndte seg da bort fra graven med frykt og stor glede, og løp for å fortelle det til disiplene. Da kom Jesus mot dem og sa: "Vær hilset!" De gikk fram og omfavnet hans føtter og tilbad ham. Jesus sa til dem: "Vær ikke redd! Gå og si til mine brødre at de skal dra til Galilea. Der skal de få se meg."</p>		
<p>9. Oppstandelsen Fortelle om oppstandelsen, se på kirkeårsteppet og finne de dagene vi har snakket om i teppet.</p>		Ring foran alteret?



5.11 Kongen

Undervisningssamling som bygger på Jes 9,2+6 om Kongen som skal komme. Interaktiv formidling med enkelt drama, og gruppeoppgaver underveis.

² Det folket som vandrer i mørket, ser et stort lys.

Over dem som bor i dødsskyggens land, stråler lyset fram.

⁶ For et barn er oss født, en sønn er oss gitt. Herreveldet er lagt på hans skulder.

Han har fått navnet Underfull rådgiver, Veldig Gud, Evig far, Fredsfyrste.

Barna er på forhånd delt inn i grupper med gruppeledere. I denne samlingen sitter vi samlet, men gruppevis, slik at det er enkelt å gi gruppeoppgaver underveis. Det er lagt opp til interaktiv formidling, med litt enkel drama (Jesaja) og andre visuelle innslag. Samlingen tar ca. 45-60 min. Den inneholder mange momenter, og det er fullt mulig å bruke bare noen av dem.

Vi trenger en forteller (formidler) som leder samlingen, Jesaja (gjerne en ungdomsleder) og gruppeledere som er briefet på gruppespørsmålene på forhånd. Gruppelederne trenger penn og papir.

Materiell:

- Profetklær til Jesaja
- En bokrull (Vi bruker to tørkerullholdere av tre som holdes opp ned. Mellom holderne er det limt/rullet matpapir med bibelversene fra Jesaja skrevet på).
- Store julekrybbefigurer (25-30 cm høyde er fint)
- Tre små esker/bokser. Inneholder gull (har opparbeidet meg en samling gullignende lenker fra div. loppemarkeder), røkelse (kan kjøpes f.eks. på apotek) og myrra (krem med god lukt)
- Lilla løper
- Stjerner til utdeling (Vi bruker sølv- eller gullfarget stjerne-bordpynt i tre/papp kjøpt på Nille)
- Kongeklær (kappe og krone)
- Palmegrein
- Lys og fyrstikker
- Evt. boken Dybdahl, «Skattejakten», Bibelselskapet

Fortelling:

Forklar at dette er en fellessamling, med noe felles formidling, men også gruppesamtaler. Sitt gruppevis, men samlet – slik at det er lett å samle seg rundt gruppesamtalene uten å bryte opp fra fellessamlingen. Krever at vi er stille i perioder, slik at alle får med seg det som blir fortalt felles. Men i gruppene er det lov å prate og stille spørsmål. Spørsmål kan også stilles underveis.

Jesaja (en av lederne, utkledd) bryter av med å komme fram på prekestolen og lese fra bokrullen sin. Jesaja 9,2

«Det folket som vandrer i mørket, ser et stort lys.

Over dem som bor i dødsskyggens land, stråler lyset fram.»



Forteller: Hei, vent litt! Hvem er du?

Jesaja: Jeg er Jesaja. Profeten Jesaja!

Forteller: (Vendt til barna) En profet... En profet er en som får en spesiell melding fra Gud – en beskjed som Gud vil gi til folk. Det han leste har jeg hørt før. Det står i Bibelen.

Jesaja levde ca.700 år før Jesus ble født. Han var profet. Jesaja har en egen bok i Bibelen, og i boken hans profeterer han (forutsier, spår) om ting som Gud viste ham at skulle skje. *(Denne sekvensen kan evt. Jesaja fortelle selv.)*

Hva gjør du her?

Jesaja: Jeg vet jo at dere er her i kirka fordi det er Lys våken, og da tenkte jeg at det er på sin plass at jeg minner dere på noe veldig viktig som skjedde for mange mange år siden. Noe som har fått betydning for mennesker i alle land og til alle tider.

Forteller: Ja, det vil vi gjerne høre om. Nå skal vi høre videre fra Jesaja sin bok, så skal vi se om det er noen som kan gjette hva det er han profeterer om:

Jesaja leser: «Det folk som vandrer i mørket får se et stort lys. Over dem som bor i skyggelandet stråler lyset frem. For et barn er oss født, en sønn er oss gitt. Herreveldet er lagt på hans skulder. Og Hans navn skal være: Underfull Rådgiver, Veldig Gud, Evig Far og Fredsfyrste».

Jesaja går ut.

Gruppesamtale: Hvem er barnet som skal bli født, tror dere? Hvem sin sønn? Og hva tror dere lyset er? *Ledere noterer svarene.*

Forteller: Kort oppsummering fra gruppene.

Kanskje Jesus er lyset som kom til verden? *(Ta fram vismenn og kameler fra julekrybba, og sett dem på lilla løper).* Kanskje vismennene tenkte på dette skriftstedet når de så den store stjernen som kom på himmelen? Hva skjedde når de fulgte stjernen? *(Hvis tid; Les stykket «De tre vise menn», fra Skattejakten, Bibelselskapet. Gruppeledere deler ut en stjerne til hver, som de kan ha i hånda mens de hører fortellingen).*

Gruppesamtale: Stjernen ledet de vise menn til Jesus. De fant ham, på ordentlig! Hvordan kan vi finne og bli kjent med Jesus i dag? *Ledere noterer svarene.*

Forteller: Kort oppsummering fra gruppene.

Vismennene gav Jesus fine gaver – gull, røkelse og myrra – kongegaver. *Send rundt i gruppene, slik at de kan se og lukte. Salven kan smøres på håndbaken til barna.*

Gruppesamtale: Hvorfor gir vi hverandre gaver på julaften, og hva betyr gavene for oss. Er det best å gi eller å få gaver? *Ledere noterer svarene.*

Forteller: Kort oppsummering fra gruppene.

Jesus fikk kongegaver, men vismennene fant ham ikke på slottet, slik de hadde trodd. En konge som ble født i en stall? Hva var det for en slags konge?



Hvordan tror dere en konge var på Jesu tid? Hvordan var han kledd? Ta fram kongeklær og krone. Sett gull, røkelse og myrra ved siden av.

Rik/fattig? Var sammen med alle, eller bare de andre rike? Hvor bodde han? Var det vanlig å være sammen med fattige og syke? Krig mot andre land.

Hvordan var Jesus? (*Spør alle i plenum*) ... hjalp folk, gav gode råd: elske de andre som deg selv, tilgi hverandre, dele med hverandre, være et lys i verden, velge det gode. Har dere hørt noen fortellinger om Jesus? Jesus og barna. Jesus som gjorde folk friske. Han var sammen med mennesker som ingen likte – spiste middag hos Sakkeus, som lurte penger fra folk.

Forteller:

Jesus ble født av en helt vanlig dame, en ungdom, og han som skulle være faren hans på jorda, han var snekker – et helt vanlig yrke som ikke var spesielt godt betalt. Så nok ut som et helt vanlig barn, og når han ble voksen måtte han jobbe som snekker han også. Helt til han bestemte seg for å dra rundt fra landsby til landsby for å fortelle om Gud slik at menneskene kunne bli kjent med han, og forstå at Gud var glad i alle.

Jesus så ut som en vanlig mann – men hvis han ikke har noen krone – ikke noen kappe, ingen ting som røper at han er konge - hva er det da som gjør ham til konge?

Jo, Jesus er en annerledes konge. Jesus var jo både Gud og menneske – det er veldig vanskelig for oss mennesker å forstå – det skjønner ikke de voksne en gang. Men Jesus er en del av Gud, slik som Den hellige ånd også er en del av Gud. Vi har **en** Gud (hold en finger opp i lufta) som viser seg på **tre** (hold tre fingre i lufta) måter, Gud, Jesus og Den hellige ånd (pek på hver av de tre fingrene når du sier ordene Gud Jesus og Den hellige ånd). Jesus er en del av Gud, og så ha han vært menneske. Han vet hvordan det føles å være sint, glad, bli gjort narr av, trist, sliten, forlatt. Han forstår hvordan du har det når du ber om hjelp. Han forstår, for Han har vært menneske selv.

Et annet sted i Bibelen hører vi også om Jesus som konge (ta fram palmegrein) – når han rir inn i Jerusalem på et esel – til påskefeiringen. Israelsfolket hadde ventet lenge, lenge på Messias - en som skulle komme og ta makten i Israel – en god konge – ikke slik som det var nå, da fremmede makter bestemte over landet deres. De ventet på Messias – og mange hadde forstått at det var Jesus som var denne kongen de hadde ventet på. Men han kom ikke ridende inn på en stor hvit skinnende hest, som en vanlig konge kanskje ville ha gjort. Han red heller ikke til slottet. Og han prøvde ikke å ta makten i landet. I stedet lot han seg ta til fange, og lot seg korsfeste, for da kunne han ta på seg skylden for alt det gale og onde som menneskene gjør, ta på seg skylden, slik at vi mennesker kan få tilgivelse – når vi ber Gud om det. En slik konge var Jesus – en som tok på seg skylda for andre, som ofra livet for alle mennesker – og kongenes konge, (som vi kaller Jesus,) han vant over døden også – så sterk er han, han er jo både Gud og menneske. Han vant over døden slik at vi også kan få leve evig; En annerledes konge!

Jesus vil være konge i livet vårt, men ikke en slik konge som er opptatt av fine ting og at vi er rike og flinke og pene og vellykkede. Han vil at vi skal være stolt av hvem vi er, fordi vi er skapt av Gud til å være akkurat slik. Han vil at vi skal være trygge og stole på at Gud alltid vil oss det



beste. Han vil alltid tilgi oss når vi ber om tilgivelse. Og han vil at vi skal ha det godt sammen med hverandre.

Han er en fredsfyrste, som det står i Jesaja sin bok i Bibelen. En fredskonge – det høres fint ut – en konge som vil at vi skal ha fred, og at vi skal være med og skape fred.

Gruppesamtale. Hvordan kan vi være med og skape fred?

Oppsummering. *Høre fra gruppene.*

Å være med og skape fred – det er jo å være lys i verden (ta fram lyset og tenn det). Å velge det gode. Å være lys våken for det som skjer rundt oss. Å være lys våken for Gud – å være på lag med Jesus når det gjelder å gjøre det slik at alle kan ha det godt. Og så veit Gud at vi ikke alltid klarer å velge det som er godt, å gjøre det som vi veit er riktig – men vi kan få lov til å be om tilgivelse når noe går galt, og så kan vi få si det til Gud når vi er lei oss, eller sinte og ikke orker å gjøre så mye bra. Gud veit hvordan det er å være menneske.

Nå kan vi be. Kjære gode Gud, takk for alle som er her. Takk for at du har skapt alle så fantastiske og fine. Hjelp oss å være lys i verden, og hjelpe til slik at alle kan ha det bra.

Amen

Tips til Lys våken-gudstjenesten søndag:

Når vi har brukt dette undervisningsopplegget, har vi noen ganger «toppet det» med å bruke et prekenforslag fra boka «Annerledeskongen» (Mills og Skeie, Verbum forlag) på gudstjenesten søndag. Stykket heter «Himmelens og jordens konge», og står på s.20-21. Da bruker vi kongeklær og krone om igjen under prekenen. Vi har på forhånd avtalt med en av Lys våken-pappaene om å være statist. Og så har vi puttet inn profeten Jesaja som tekstleser, med profetklær og bokrull. Dialogpreken fungerer bra, for Lys våken-barna har jo allerede vært innom temaet i lørdagens undervisning og pleier å være ivrige til å dele.



6.0 Bibelfortelling, andakt og preken

6.1 Lys i bibelen

- Til forberedelse med lederne eller til en samtale med barn.
- Kan brukes under en bønnevandring, lysandakt o.l.
- Mange steder i Bibelen kan vi lese om lys, på mange forskjellige måter.

Dere er verdens lys! En by som ligger på et fjell, kan ikke skjules. Heller ikke tenner man en oljelampe og setter den under et kar. Nei, man setter den på en holder, så den lyser for alle i huset. Slik skal deres lys skinne for menneskene, så de kan se de gode gjerningene dere gjør, og prise deres Far i himmelen! (*Matt 5,14-16*)

Igjen talte Jesus til folket og sa: «Jeg er verdens lys. Den som følger meg, skal ikke vandre i mørket, men ha livets lys. (*Joh 8,12*)

Så lenge jeg er i verden, er jeg verdens lys. (*Joh 9,5*)

Ditt ord er en lykt for min fot og et lys for min sti. (*Sal 119,105*)

Og Herren gikk foran dem, om dagen i en skysøytle for å vise dem veien, om natten i en ildsøytle for å lyse for dem. Slik kunne de gå videre både dag og natt. (*2Mos 13,21*)

Ingen tenner en oljelampe og setter den i kjelleren eller under et kar. Nei, man setter den på holderen, så de som kommer inn, kan se lyset. Øyet er kroppens lampe. Når øyet ditt er friskt, er det fordi kroppen er fylt av lys. Men er øyet ditt sykt, er det fordi det er mørkt i kroppen. Se derfor til at lyset i deg ikke er mørke! Er nå alt i kroppen din lys og ingen del av den mørk, da blir alt lyst, som når en lampe lyser på deg med sine stråler. (*Luk 11,33-36*)

Herren velsigne deg
og bevare deg!
Herren la sitt ansikt lyse over deg
og være deg nådig!
Herren løfte sitt ansikt mot deg
og gi deg fred!
(*4Mos 6,24-26*)



6.2 Jakobs drøm

Jakobs drøm (1. Mos 28, 10 – 22 (1 Mos 27)) er utviklet av Søndagsskolen Norge. I ressursbanken.no finner du bakgrunnsmusikk og hørespill.

Formidlingen har to deler. I første del er lederen aktiv forteller og barna en del av historien. Hvis dere vil ha med bakgrunnen for Jakobs reise gjennom ørkenen kan dere bruke hørespillet om da Jakob lurte broren sin Esau.

Rekvisitter:

- Mange mellomstore steiner (en til hvert barn)
- CD-spiller eller gode høyttalere tilkoblet PC. (Fortellingen kan også fungere uten bakgrunnsmusikken eller ved at du eller en annen leder spiller litt svakt på gitar, men overgangen til drømmen blir tydeligere med musikk og selve formidlingen mer spennende)

Forberedelse

Legg steinene i en stor ring og be barna stille seg bak hver sin stein. Hvis dere bruker hørespillet og/eller bakgrunnsmusikken, kan CD-spiller eller annet lydutstyr plasseres i midten av ringen. Leder står som en del av ringen.

Leder: Dette dere skal få høre om i dag/kveld/natt skjedde for flere tusen år siden, og du er nå på en lang reise hvor du går gjennom ørkenlandskap. (Be barna gå rolig etter hverandre i ring. Selv går du i motsatt retning innenfor ringen mens du forteller videre.): Du er blitt voksen og er på vei til onkelen din. Du har ikke møtt den onkelen før, men vet at han heter Laban og bor på et sted som heter Harran. Der lever han sammen med hele sin store familie og alle dyrene sine. Du går og går. Hele dagen. Solen går etter hvert ned, og alt blir stummende mørkt. For det fantes ikke verken gatelykter eller lommelykter på den tiden. (Be barna om å stanse.) Du legger deg ned for å sove, med bare en stein til hodepute. (Be barna ta hver sin stein under hodet og legge seg ned for å «sove». Hvis dere har steiner, ber du barna om å bruke den som hodepute.) Lukk øynene, så skal jeg fortelle deg hva du drømmer.

(Sett på svak bakgrunnsmusikken eller spill svakt på gitar og fortell videre.) Du ser en stige som er reist på jorden, og toppen av den når helt til himmelen. Og se! Guds engler går opp og ned på stigen. Med ett står Herren Gud foran deg, og han sier: «Jeg er Herren, din far Abrahams og Isaks Gud. Den jorden du ligger på vil jeg gi til deg og din slekt. I din slekt skal det bli like mange etterkommere som støvet på jorden. Og alle skal bli velsignet på grunn av deg. Se, jeg vil være med deg og bevare deg overalt hvor du går og føre deg tilbake til dette stedet du kommer fra. For jeg skal ikke gå fra deg, men gjøre det jeg har lovet deg.» (Fade ut musikken igjen, og fortell videre.)

Så våkner du igjen og reiser deg opp. (Be barna reise seg.) Akkurat dette skjedde med en som het Jakob da han var på vei til onkelen sin Laban. Da tenkte Jakob at på akkurat dette stedet var Gud selv. Og Jakob tok steinen han hadde hatt som hodepute, og satte den akkurat der som en støtte og som et minne om det han hadde opplevd. (Hvis dere har en stein til hvert barn, så kan de bygge en varde med steinene sine midt i ringen og stille dere tett rundt den når lederen sier)

Jakob sa: Hvis nå denne drømmen er sann, og Gud vil passe på meg og gi meg mat og klær og det jeg trenger, og Gud lar meg en gang komme tilbake til min fars hus, så skal han alltid være min Gud. Da vil jeg gi bort en tiendedel av alt jeg eier og tjener. (Avslutt med: Det var historien om da Jakob gikk gjennom ørkenen på vei til onkelen sin, eller be barna sette seg ned i ringen igjen med litt avstand mellom seg og fortsett ...)



Men det som er veldig rart, er at før dette skjedde, så hadde Jakob gjort noe som ikke var bra. Han narret broren sin Esau. Så egentlig var denne reisen en flukt fra broren, for broren hadde sagt at på grunn av det Jakob hadde gjort, ville han drepe Jakob. Hva var det han hadde gjort? Nå skal dere få høre ...

Sett på hørespillet som ligger på ressurs-CD-en. (Barna kan sitte eller ligge når de hører.)

Leder: Hva er det som egentlig skjer her, hvem er det som egentlig lurer hvem? Hvem har størst skyld? Er det moren eller Jakob? Har gamle Isak tenkt feil? Har Esau vært lat og sløv fordi han visste han en dag uansett ville få velsignelsen fra faren? Hadde moren Rebekka rett i at det var Jakob som var best egnet til å få denne velsignelsen? Eller hadde foreldrene hvert sitt yndlingsbarn? Vi kan ikke vite dette helt, men vi vet at Jakob fikk både farens og Guds velsignelse. Og en dag møter han broren sin igjen. De tilgir hverandre og blir venner igjen.

Forslag til aktiviteter som passer til bibelfortellingen.

Lage stigespill

Utstyr

- Stort ark (helst A3) med ferdig rutenett (for eksempel 10 x 10 ruter), ett ark til hvert barn
- Blyanter/ tusjer/ pinner
- Terninger
- Spillebrikker/ knapper i ulike farger

Lage spillet

La barna skrive på tall på rutenettet. Begynn nederst i venstre hjørne med å skrive «1». På ruten til høyre for den skriver barna «2», på den neste ruten til høyre skriver de «3», så «4» osv. På siste ruten i et av de øvre hjørnene kan barna skrive «Mål» eller «Himmelen». Utenfor rutenettet ved «mål» kan dere også tegne engler, skyer eller en himmelport. Tegne eventuelt også en stein eller Jakob som sover med hodet på en stein ved siden av rute 1. Pass på at det minst er tre linjer med ruter, slik at det kan bli ulik lengde på stigen. Be barna tegne på noen stiger mellom ulike ruter, for eksempel fem stiger. Si fra at det må være tydelig hvilken rute stigen starter i, og hvilken rute stigen slutter i. Tegn noen korte og noen lange stiger som går fra en rute og opp til en annen rute på en høyere linje. La barna tegne en engel på hver stige som viser om man skal gå opp eller ned stigen.

Spille stigespillet

Barna kan nå spille stigespillene de har laget. Det passer at 2-4 personer spiller sammen. Dersom det er uenighet om hvem sitt stigespill dere skal bruke, kan dere enten ta en omgang på hvert spillebrett, eller trekke om hvilket brett som de spiller på. Alle spillere setter sin brikke på ved rute 1, triller terningen og flytter antallet som står på terningen. Dersom spilleren havner på en rute med en stige som går nedover, må spilleren flytte ned til ruten der stigen ender. Vinneren er den som er først i mål.

Lage en lysvarde

Bruk steinene fra formidlingen og lag ulike lys dere pynter den med.



Lysene kan pyntes ved å dekorere litt høye telysholdere, små drikkeglass eller gamle syltetøyglass med maling eller med decopage-lim og servietter. Pass på at alt av papir er gjennomtrukket av lim og ikke brannfarlig. Det går også an å dekorere små kubbelys på ulike måter: Dere kan klippe ut av små stearinplater som klemmes fast på lysene. En annen måte er å la et annet lys dryppe sine stearindråper ned på lyset, og bruk da gjerne forskjellige farger på lysene. Når lysene er laget, settes de på og rundt varden, og lysene tennes. Dette skal minne oss om at slik Gud velsignet Jakob ønsker han å velsigne oss. Hver eneste dag!



6.3 Gud taler til Samuel

Gud taler til Samuel (1. Sam 1,9 -20; 2,18 – 29; 3,1 - 10) er utviklet av Søndagsskolen Norge. I ressursbanken.no finner du lydfil, bilder og manus til bildeserie.

I denne monologen møter vi presten Eli. Barna er liksom på besøk i tempelet i Sjiilo. De får små oppgaver underveis i monologen.

Rekvisitter

- Hodeplagg og stokk til Eli, ev. også en kappe. (Han er en veldig gammel mann i denne formidlingen)
- En stol Eli kan sitte på.
- Tøystykker/kapper i ulike størrelser, fra helt små, til litt store. (Eventuelt t-skjorter, men helst noe mer «tidsriktig».) Disse kan ligge i en kurv.

Roller

- Eli

Fortellingen

Eli:

(Kommer inn i kirkerommet, går sakte rundt, får så øye på barna.)

Jaså, så dere har kommet på besøk til meg dere, hit til tempelet i Sjiilo. Her har jeg vært i mange, mange år. Jeg er prest her. Men nå er jeg veldig gammel. Dere er jo ikke så veldig gamle! (Stopper opp litt, ser nærmere på barna.) Dere ser vel etter den unge mannen Samuel dere, tenker jeg. Han er ikke her akkurat nå. Han har mye viktig å gjøre. Han har mange oppdrag for Gud, han, og det har han hatt helt siden han var liten guttunge. Han bor her i tempelet sammen med meg. Jeg bor der (peker den ene veien) og Samuel har rommet sitt der (peker andre veien). Sånn har vi bodd helt siden han var veldig liten. Og han har vært til stor glede for meg!

En dag kom mammaen hans med han hit til meg. Hun ville gi han til Gud. Ja, for Samuel har en mamma, hun heter Hanna, og en pappa, han heter Elkana. Han har søsken også. Og familien er veldig glade i han. Men før Hanna fikk Samuel, var hun veldig trist. Da hadde hun ingen barn, og hun ønsket seg det mest av alt. Hun kom hit til tempelet for å be. Og så gjorde hun sånn (han beveger leppene uten å si noe). Kan dere gjøre sånn dere også? (Alle beveger leppene uten å si noe.)

Vet dere hva? Det er så flaut, men jeg trodde hun hadde drukket for mye sterk vin og blitt susete i hodet og full der hun sto, for det så litt rart ut. Jeg skjønnte ikke at hun ba til Gud inni seg. Det går jo også an, selv om det ikke er så vanlig akkurat her i tempelet.

«Er du full? Gå hjem og legg deg,» sa jeg. (Han gjør seg streng og later som han dytter noen bort med hendene. Så blir han stille.)

Men så fortalte Hanna at hun bare ba til Gud. Hun sa at hun ba om å få en sønn, og hvis hun fikk det, skulle han vokse opp i tempelet, i Guds hus. Da ble jeg fylt av en stor tro på at akkurat det kom til å skje.

Og vet dere? Det skjedde! Hanna og Elkana fikk en sønn og de kom hit til tempelet med Samuel. (Han går bort til kurven med t-skjortene/ «kappene» og tar opp den minste.) Se så fine, Hanna lager stadig nye klær til gutten sin. Hun og familien besøker han her i tempelet hvert år. Nå har han blitt en stor gutt. (Tar opp en større t-skjorte, gjesper og går og setter seg på stolen, sovner nesten, rykker til.) Oi, nå duppet jeg av litt. Jeg blir ofte trøtt jeg nå, jeg er så gammel. Kan vi ikke ta oss en lur? Legg dere



ned dere også, lukk øynene, så skal jeg fortelle hva som skjedde her om dagen. (Ungene legger seg ned, ev. går ned på gulvet og hviler hodet på stolen. Eli halvligger på stolen sin og forteller videre.)

En natt vekket Samuel meg, og sa jeg hadde ropt på han. «Samuel!» hadde han hørt, og trodde det var jeg som ropte. Kan dere rope det? (Barna roper «Samuel!») Men jeg hadde ikke ropt noen ting, så jeg sa han måtte legge seg igjen. Og så sov vi litt til. Men så kom han inn en gang til. Han sa igjen at jeg hadde ropt på han. Kan dere rope? (Barna roper «Samuel!») Men jeg hadde ikke ropt på han nå heller, så han måtte legge seg igjen. Enda en gang skjedde det. Kan dere rope? (Barna roper «Samuel!») (Eli reiser seg opp fra stolen og ser våken ut.) Da skjønnte jeg at det var Gud som ropte på Samuel. Så sa jeg at neste gang han hørte noen rope, skulle han svare «Tal, Herre, din tjener hører.» Kan dere si det? (Alle gjentar «Tal, Herre, din tjener hører.») Og senere samme natt mens han lå og sov, sånn som dere liksom gjør nå, så ropte Gud på Samuel igjen. «Samuel!» ropte han. Husker dere hva Samuel skulle svare?

Ja, kan dere reise dere opp og si det? Han sa: «Tal, Herre, din tjener hører.»

(Gjentar det hvis barna ikke husket helt.)

Og fra den dagen har Gud og Samuel hatt nær kontakt med hverandre.

Jeg må legge meg ned på litt, jeg. Jeg er så trøtt. Men det var veldig koselig å få besøk av dere.

(Rusler sakte ut av rommet.)

Sang: Du er hellig, du er hel

(Se lydfil og film med bevegelser.)

Sprell: Lyd-leken

Som en overgang til undringsdelen kan dere bruke denne leken til å dele inn i grupper. På forhånd klipper dere opp papirlapper og skriver en måte å bruke stemmen på på hver lapp, for eksempel: Hviske, synge, rope, skravle, spille på slurva, beatbox'e, plystre osv. Skal dere for eksempel ha fem grupper med åtte på hver gruppe, må dere bruke fem ulike lyder og lage åtte lapper med hver lyd. Lappene blandes godt, og hvert barn trekker hver sin lapp. Så skal barna lage lyden som står beskrevet, mens de går rundt i rommet, og finner så de andre som lager samme lyd som dem. Etter hvert har alle funnet «sine» og gruppene kan sette seg ned rundt i rommet sammen med hver sin leder.

Undring

Fortell barna at dere nå sammen skal se om fortellingen om Samuel kan vise oss noe lurt om Gud og om oss selv.

Bruk gjerne et gripekors eller en stein dere sender rundt når dere samtaler. Den som har korset/steinen, har ordet.

Server gjerne noe enkelt å spise (kjeks, boller, frukt eller lignende), og fortell mens barna spiser:

Samuel ville være en tjener for Gud, og han ble boende hele livet sitt i tempelet. Vi trenger ikke bo hele livet vårt i et tempel for at Gud skal være nær oss. Gud kan snakke til oss og Gud kan bruke oss, deg og meg, der vi er. Gud lever og kan snakke til oss på ulike måter. Av og til minne oss på ting vi skal gjøre eller si. Men det kan være vanskelig å vite hva som er Guds stemme, av alle stemmene vi hører rundt oss og av alt vi kjenner på inni oss. Nå skal vi øve oss på å finne roen, så vi kanskje kan kjenne at Gud er nær.



Si (med pause mellom hver setning):

- Vi lukker øynene (...)
- Så kjenner vi at vi puster (...)
- Kjenn at du puster rolig og at magen din går litt opp og litt ned (...)
- Litt opp og litt ned (...)
- Så nær deg som pusten din er, så nær er Gud (...)
- Gud er hos deg (...)
- Gud vet akkurat hvordan du har det (...)
- Gud elsker deg (...)
- Så nær deg som pusten din er, så nær er Gud (...)
- Kjenn at du puster rolig (...)
- At magen din går litt opp og litt ned (...)
- Mens du fortsetter å puste rolig, åpner du øynene. (...)

Gud kan snakke til oss på ulike måter, og Gud kan bruke oss til å vise andre mennesker sin kjærlighet.

Samuel var det som kalles en profet. Han lot Gud tale til ham, så han kunne fortelle mennesker kloke og viktige ord fra Gud. Gud kan tale til oss og bruke oss på veldig forskjellige måter, fordi vi mennesker er veldig forskjellige. I Bibelen står det om ulike gaver vi har fått fra Gud som vi kan bruke til å vise Guds kjærlighet. (Vis og/eller del ut illustrasjonen.) Vi kan trøste andre, be for andre, fortelle andre om Gud, oppmuntre andre, få drømmer fra Gud, hjelpe andre, lede andre, synge om Gud, gi av det vi eier til de som trenger det. Hvilke(n) av illustrasjonene synes dere passer til det som skjedde med Samuel? (La barna svare.) Hvilke(n) av illustrasjonene passer til deg og det du liker å gjøre? (La barna svare.)

Bønn

Fortell at barna gjentar hver linje, høyt eller inni seg.

- Takk, Gud, for det du har gitt oss i dag. (Barna gjentar)
- Takk for at du er nær. (Barna gjentar)
- Takk for din kjærlighet. (Barna gjentar)
- Hjelp oss å høre din stemme. (Barna gjentar)
- Amen (Barna gjentar)



6.4 Andakt om lys og farger

Andakten er skrevet av Jan Christian Kielland.

Andakten bør holdes etter at vi har eksperimentert med lys og farger på Lys våken. Alternativt kan en sette frem et eksperiment på et bord under gudstjenesten, kan evt. inngås i en bønnvandring.

«Jesus er verdens lys». Dette er et av de mest kjente bildene på Jesus. Du har sikkert hørt om det før. Det er et bilde som er umiddelbart forståelig for de fleste av oss. Vi trenger lys! Allerede som liten baby søker øynene våre mot lyset. Hvem blir ikke litt ekstra glad når vårløset kommer, og litt ekstra tung i kroppen når det blir mindre og mindre dagslys utover høsten? Lys er livsviktig. Det gir næring, krefter, overskudd og optimisme.

"... som lyser for hvert menneske"

Dagslyset skinner for alle. Det gjør også Jesus. Men i tillegg skriver Johannes: «Det sanne lys, som lyser for hvert menneske, kom nå til verden.» Jesus lyser for hvert enkelt menneske! Han lyser ikke bare for det glade fellesskapet. Han lyser ikke bare der hvor vi kan vise de vellykkede sidene av livet vårt. Han lyser ikke bare der hvor to eller tre er samlet. Jesus lyser for hvert menneske. Om jeg er nedfor, om jeg er ensom, om jeg gjemmer meg bort eller kryper langt under dyna, så lyser Jesus for meg. Om du snyr ryggen til alt, om du blir verdens største egoist, om du svikter alle rundt deg, så lyser Jesus fortsatt for deg.

Jesus vil lyse gjennom oss. Når vi lar det skje, ser vi noe fantastisk.

Vi har eksperimentert med et glasstriangel eller La oss se hva som skjer når vi ser gjennom et glasstriangel. Hva skjer når lysstråler treffer glasstriangelet? Når lyset får skinne gjennom triangelet, skjer noe fantastisk. Det oppstår et spekter av farger, som en regnbue.

Når Jesus som verdens lys får skinne gjennom mennesker, skaper det et fargerikt og mangfoldig fellesskap med rom for alle! Derfor har kristen tro hatt mangfoldige uttrykk gjennom historien og har et fargerikt uttrykk i verden i dag. Du vil alltid kunne møte mennesker som uttrykker kristen tro annerledes enn deg. Noen liker lovsanger, andre foretrekker salmer. Noen ber gjerne fritt og høyt, andre ber et stille fadervår. Noen går i kirka i dress, andre kommer i fargerike kjoler. Noen gjør sin tjeneste for andre gjennom timer med bønn, andre samler inn penger til flyktninger. Mangfoldet viser alle fargene som springer ut av verdens lys.

Kristen tro er et fantastisk mangfold. Når lyset skinner gjennom trekanten, ser vi det.



6.5 Lyssporandakt

Denne aktiviteten går ut på å følge et spor av levende lys og lese på noen poster underveis. Hensikten med denne aktiviteten er å gi rom for ettertanke, gjerne som en god avslutning på dagen. Kan også tilpasses som en bønnevandring.

Tidsbruk: 30 minutter

Aktiviteten egner seg både ute og inne. Fakkelpokser eller telys settes ut i en løype. Ved hvert lyspunkt legges en liten tekst, et dikt, et bibelvers eller et bilde, gjerne ut ifra et tema.

Dersom man er inne bør man sikre lyskildene (ikke på gulvet, men telys i f.eks. syltetøyglass), og ha et nokså mørkt rom.

Utstyr: Fyrstikker, fakkelpokser eller telys (blåser lett ut), ark, skinnlapper e.l. med tekster på.

Gjennomføring

Alle får beskjed om å møtes på et samlingssted. Lederen sender deltakerne ut en og en, eller to og to med to minutters mellomrom. Deltakerne skal gå rolig fra post til post uten å snakke sammen. Når alle er tilbake på samlingsstedet avsluttes dagen med å synge en sang.

Forslag til poster

Lapp med ett bibelsitat eller dikt legges ved siden av lyset. Dere kan ha flere slike poster.

Forlag til bibeltekster

«Ilgjen talte Jesus til folket og sa: «Jeg er verdens lys. Den som følger meg, skal ikke vandre i mørket, men ha livets lys.» Joh.8,12

«Vær ikke redd, for jeg er med deg. Se deg ikke rådvill omkring, for jeg er din Gud! Jeg gjør deg sterk og hjelper deg, ja, holder deg oppe med min frelserhånd». Jes.41

«Det folk som vandrer i mørket, får se et stort lys; over dem som bor i skyggelandet, stråler lyset fram. Du lar dem juble høyt og gjør gleden stor. De gleder seg for ditt åsyn.» Jes.9

«Dere er verdens lys! En by som ligger på et fjell, kan ikke skjules. Heller ikke tenner man en oljelampe og setter den under et kar. Nei, man setter den på en holder, så den lyser for alle i huset. Slik skal deres lys skinne for menneskene, så de kan se de gode gjerningene dere gjør, og prise deres Far i himmelen!» Mat.5,14-16

«For den som gjør det onde, hater lyset og kommer ikke til lyset, for at hans gjerninger ikke skal bli avslørt. Men den som følger sannheten, kommer til lyset, så det skal bli klart at hans gjerninger er gjort i Gud». Joh.3,20

«For så høyt har Gud elsket verden, at han ga sin Sønn, den enbårne, for at hver den som tror på ham, ikke skal gå fortapt, men ha evig liv. Gud sendte ikke sin Sønn til verden for å dømme verden, men for at verden skulle bli frelst ved ham. Den som tror på ham, blir ikke dømt». Joh.3,16

Forslag til andre poster med mer aktivitet:

- Gå inn i et mørkt rom og se hva som skjer når dere tenner en lommelykt. Budskapet er at lyset fortrenger mørket. (Jes.9 eller Joh.3,20)
- Noen av deltagerne får bind for øynene og skal ledes av de seende deltagerne.



- Høre en kjent sang/lese teksten på en kjent sang med et godt budskap. Skriv opp tre spørsmål/setninger til ettertanke på en lapp ved lyset. Tema kan for eksempel være du er verdifull eller Gud elsker deg.
- Stasjon for ettertanke og bønn. Gi mulighet til å tenne telys eller skrive bønnelapper. Innled/skriv noe om hva bønn kan være, at det gis tilbud om å tenne lys eller skrive for å uttrykke bønner. At røyken og varmen som stiger opp fra flammen kan symbolisere bønner som stiger opp til Gud. Gud hører alle bønner, det som blir sagt, tenkt og det som er uten ord.
- Lag et lystenningssted ved hjelp av to biter sølvfolie lagt oppå hverandre som et kors eller en liten samling steiner med plass til noen telys på hver stein. Sett frem et kubbelys til å tenne lysene fra og gjerne en liten blomst. Sett frem telys.
- Sett frem lapper og skrivesaker. Oppfordre til å tegne eller skrive noe de er opptatt av eller vil be om. Lappene kan f.eks. legges i en kurv eller henges på et trekors. NB! Informer om hvordan lappene vil brukes (makuleres, leses, bes for av noen voksne, leses høyt e.l.)
- Samles rundt lysene og hør musikk eller syng som en avrundning av dagen.



6.6 Andakt om adventskransen

Utarbeidet av Kvikne menighet

Vi lager en stor adventskrans

Jeg kommer inn med en stor eske (gran). Spenning og forventninger!

Hvem har lyst til å åpne den?

Hva er inn i den?

Gran! Hvorfor det?

Jo da, det er jo 1. advent i dag og vi har ingen adventskrans!

Den skal vi lage nå.

Jeg trenger hjelp!

Barna kommer frem.

Nå skal vi lage en stor krans.

Men hvorfor er adventskransen egentlig rundt?

Adventskransen er rundt, fordi den har ingen begynnelse og ingen ende. Adventskransen symboliserer uendelighet. Den er så uendelig som Guds kjærlighet er overfor oss.

Og hvorfor bruker vi grønne grener?

Grønn er håpets og livets farge. Grønnfargen sier: Midt i vinter, i mørke og kulde kan vi menneskene håper.

Men vi trenger jo mye mer.

Hvor er pynten?

En voksen kommer med den andre store esken.

Får vi se hva som er inn i den?

Nå skal vi pynte kransen.

- Nøtter: Nøtter er symbolet for alt som er bitter og trist og alt det vi ikke liker. Vi kan komme med alt dette til Gud, han skal trøste og hjelpe.
- Kanel og nellik: Det lukter godt og minner oss på fjerne land og de tre vise menn som er reist langt for og gi verdifulle krydder, salver og gul som gaver til Jesus.
- Epler: Vi tenker på eplet i paradiset og at Jesus har gjennom livet sitt tatt fra oss alt som fjerner oss fra Gud.
- Stjerner: En stjerne har vist de tre vise menn veien til krybben.
- Gull: Vi bruker gull for å vise hvor verdifull Guds kjærlighet er for oss. Vi gleder oss over det og er takknemlige.
- Noe rødt: Rødt symboliserer mye: kjærlighet, kraft, varme, men også blod. Rødt minner oss på Jesus liv og død. Vi skal tenke på hele hans liv og også døden hans når vi forbereder oss på at han kommer.



- Fortsatt noe som mangler: Lysene: Vi bruker fire lys. Et lys til de fire himmelretninger: øst, vest, sør, nord, men også: et lys til hver søndag. Lyset viser oss veien til jul. Vi venter på Guds store gave.

Nå skal vi tenne det første lyset!

Når året er på det mørkeste vil vi tenne et lys

- for julen som snart er her
- for Jesus, født i Betlehem
- for engelens bud om fred og velvilje
- for stjernen som leder oss alle til Jesus.

Måtte lyset fra vår adventstaket minne oss om himmelens lys.



6.7 Tekstgjennomgang: Jesus som tolvåring i tempelet

Kristi åpenbaringsdag – Søndag 7. januar 2018

Jes 49,1–7	Et lys for folkeslag
Rom 15,4–6	Håp som skriftene gir
Luk 2,40–52	Jesus som tolvåring i tempelet

Skrive av Turid Skorpe Lannem

«Meir himmel på jord» - openbaringa og oppdraget

Jesu openbaringsdag er startpunktet på openbaringstida i kyrkjeåret. Ei tid som står i forlenginga av julefeiring og fest. Ei tid som speglar seg i Stefanusdagen 2. juledag som ber bod om at trusfridom og menneskerettar er tett knytt til det kristne vitnesbyrde, til det å dele liv og tru. Trygt for oss, langt meir risikabelt for andre.

Openbaringstida i kyrkjeåret er knytt til misjon. Misjon er å gi seg i kast med eit oppdrag, Guds eige oppdrag som blir openbart for oss når Jesus openbarar seg. Det blir klart for oss kven Jesus er og kva oppdraget er: Å elske Gud og tene nesten vår. Kristendom handlar om begge deler.

I Den norske kyrkja brukar vi sjeldan ord som misjonsstrategi, men både trusopplæringsreform og dåpssatsing gir lite meining om ikkje målet er misjonalt: Å dele evangeliet og å invitere folk med til å skape «meir himmel på jorda» (jf. Dnk sitt visjonsdokument).

Openbaringstida forsøker å svare på kven den vesle guten fødd julenatt, er. Vi får nokre hint i dagsens tekst som vi skal sjå på i eit barneteologisk perspektiv med føremålet å få fram nokre missiologiske poeng.

Jesus som tolvåring i tempelet

Teksten vår kjem i forlenginga av verdas mest kjende fødselsforteljing og forteljinga om Jesu spedbarnstid knytt til jødiske skikkar som omskjering og reinskapsritual. Lukas fortel at Jesus var tolv år denne påska, han var altså eit barn som enno ikkje hadde rettane til ein vaksen mann. Det fekk han først som 13-åring ved bar mitzva. Bar mitzva betyr ein son som er forplikta, og er namnet på ein jødisk gut som etter å ha fylt 13 år, pluss ein dag, blir ein fullverdig medlem av den jødiske fellesskapen. Då får han alle religiøse rettar, som det å bli telt med i ei bønegruppe (minyan) og å lese frå Tora-rullane under gudstenesta, og blir underlagd alle dei religiøse pliktane i tråd med den religiøse lova.

Jesus gir grunn til undring

På veg heim frå påskefeiringa i Jerusalem oppdagar foreldra at Jesus manglar i reisefølget. Først etter tre dagar finn dei han att. Det må ha vore litt av ei påkjenning for foreldra ikkje å vite kvar han var. Dei finn han i tempelet, blant lærarane.

Lærarane som sit i tempelet og høyrer på Jesus – Lukas seier at Jesus *lytta, spurde og svara*, med andre ord tok han del i samtalen på like fot med dei vaksne – undra seg over «kor klok Jesus var og kor godt han svara». For foreldra verkar det vere annleis, dei er «slegne av undring» fordi han blei igjen i Jerusalem. Det er ikkje vanskeleg å førestille seg kor fortvilt og sinte dei må ha vore. Og som om ikkje det var nok, verkar det ikkje som om Jesus tar innover seg kva han har gjort, men utbryt: «*Kvifor leita de etter meg? Visste de ikkje at eg må vera i huset åt Far min?*».



Dei namngitte barna – Jesus og Samuel

Preiketeksten i dag er særeigen. I heile bibelen finst berre to stader kor barn er namngitt og har status som aktør i forteljinga. Den eine er forteljinga om Samuel i tempelet (1. Sam 1-3) og den andre er teksten vår om Jesus. Som småbarnsmor oppdaga Dagny Kaul at «*barnet var stengt ute av teologien*». Dette fekk stor betydning for hennar akademiske virke og ho har jobba teologisk med å gjere barnet til subjekt i teologien og ikkje berre eit objekt, eit førebilde for vaksne si tru. Kaul samanliknar forteljinga om Samuel og forteljinga om Jesus med utgangspunkt i spørsmålet om kva barnet sitt Gudsforhold har å seie for barnet sjølv?

Samuel – det lydige, usynlege barnet

I forteljinga om Samuel møter vi eit barn som veks opp utan nær kontakt med familie, i tempelteneste i lag med ein gamal mannleg prest. Han får i oppgåve å formidle harde domsord frå Herren til formyndaren sin. Vi får ikkje vite noko om Samuel sine eigne opplevingar av situasjonen. Det er det ideelle barnet vi møter, eit barn som ikkje gjer opprør, eit barn utan eiga stemme, eit usynleg barn, seier Kaul og poengterer at Samuel ikkje kjenner igjen Guds stemme, men at det er den vaksne som lærer Samuel å høyre Guds stemme og korleis respondere.

Jesus – det ulydige, synlege barnet

I forteljinga om Jesus møter vi derimot eit barn som bryt med dei opplagte rammene for korleis barn skulle oppføre seg. Lukas skriv at lærarane i tempelet undra seg, det ville han neppe gjort viss Jesus berre svara på *deira* spørsmål og ikkje sjølv gav uttrykk for sine perspektiv på ting. Lærarane fekk med andre ord eit innspel til eigne tankar i det barnet gir dei nye perspektiv på religionen, kommenterer Kaul. Lukas fortel vidare om forundra foreldre. Jesus sjølv er derimot ikkje forundra, han har ei klar oppleving av kvifor han berre *måtte* vere i tempelet: Jesus identifiserer tempelet som «huset åt Far min». Tolvåringen som vi møter her, er eit barn med ei stemme, han er ulydig, han spør foreldra i nærleiken av andre vaksne, kvifor dei ikkje forstår nokon ting (gjenkjennbart for dagsens tweens- og tenåringsforeldre, vil eg tru) og han er tydeleg på Gudsrelasjonen sin.

Tolvåringen er Messias

Teksten er altså særeigen. Tradisjonelt er han viktig fordi det for lesaren er openbart at Jesus er ein vanleg tolvåring og samtidig annleis. Det er eit sentralt kristologisk vers, vi anar litt av kva vi har i vente utover i evangeliet: Jesus har noko å seie oss, det skjer noko heilt nytt i og med han. Det er ikkje berre den vaksne Jesus som er «sann Gud og sant menneske», det var allereie tolvåringen Jesus. Evangeliet er ope og tilgjengeleg også for det umyndige barnet, med andre ord er det ope for alle.

Ein universell bodskap

Leseteksten frå Jesaja dannar bakteppet til forteljinga om Jesus i tempelet. Det er litt av eit lerret som blir spent opp i denne Messiasprofetien. Ikkje berre for nokre få, men for alle (uansett kjønn, hudfarge, nasjonal eller etnisk opprinnelse, språkleg eller religiøs tilhøyrslse, funksjonshemming, seksuell legning, *alder* eller andre forhold) er Jesus lys. Det er sagt: «*Eg gjer deg til lys for folkeslag så mi frelse kan nå til enden av jorda*» (Jes 49, 6). Og dette er (misjons)oppdraget Jesus inviterer oss til å delta i (Luk 4, 18f / Jes 61, 1f):

Herrens Ande er over meg,
for han har salva meg
til å forkynna ein god bodskap for fattige.
Han har sendt meg for å ropa ut
at fangar skal få fridom
og at blinde skal få sjå,



for å setja undertrykte fri
og ropa ut eit nådeår frå Herren.

Å ordne livet sitt etter evangeliet

Forfattaren Lukas er ein god forteljar og han brukar desse eigenskapane til å få fram den teologiske budskapen i forteljinga si. I evangeliet er Guds frelseplan presentert som ei fortsetjing og ikkje som eit brott med den jødiske tradisjonen, på ein måte som peikar framover og visar at historia held fram. I følge Joel B. Green gjer Lukas dette «...with the result that Luke's audience is challenged to discern the purpose of God in order that they may embrace it and order their lives around it». Å ordne livet sitt etter evangeliet, dét tru eg at det blir «meir himmel på jorda» av.

Val av salmar

Kristi openbaringsdag har 5 salmar i salmeboka. Fleire av dei forbind vi med julehøgtida, det blir rett og slett litt julestemning denne dagen. I tråd med det universelle, missiologiske perspektivet denne dagen, kan ein elles velge salmar frå ulike verdsdelar som kvar for seg peikar på ulike sider ved Jesus som verdsens lys og oppdragsgivar.



7.0 Kommunikasjon

7.1 Logo og grafisk profil

Lys våken har en egen logo med bakgrunns-elementer, som kan lastes ned fra ressursbanken.no. På ressursbanken.no finnes det også høyoppløselige bilder til bruk i promoteringen.

På nettsiden trykksak.kirken.no kan man lage invitasjoner og plakater med denne profilen.



7.2 Filmer

I ressursbanken.no ligger Lysvåken-video som kan brukes i promoteringen. Disse kan legges ut på Facebook, og målrettes mot voksne siden Facebook har 13 år aldersgrense.

Tekster til facebookkampanjen

Tekst over post: Kjenner du et barn som vil være med på en spennende opplevelse i kirken? Lys våken nærmer seg – årets happening for 11-åringere! Natt til første søndag i advent, lørdag 2. desember, overnatter tusenvis av barn i kirker over hele landet. Les mer på kirken.no

Tekst under film: En spennende natt i kirken! Les mer på kirken.no

7.3 Materiell

På kirken.no/materiell kan man bestille t-skjorter og reflekser til Lys våken.



