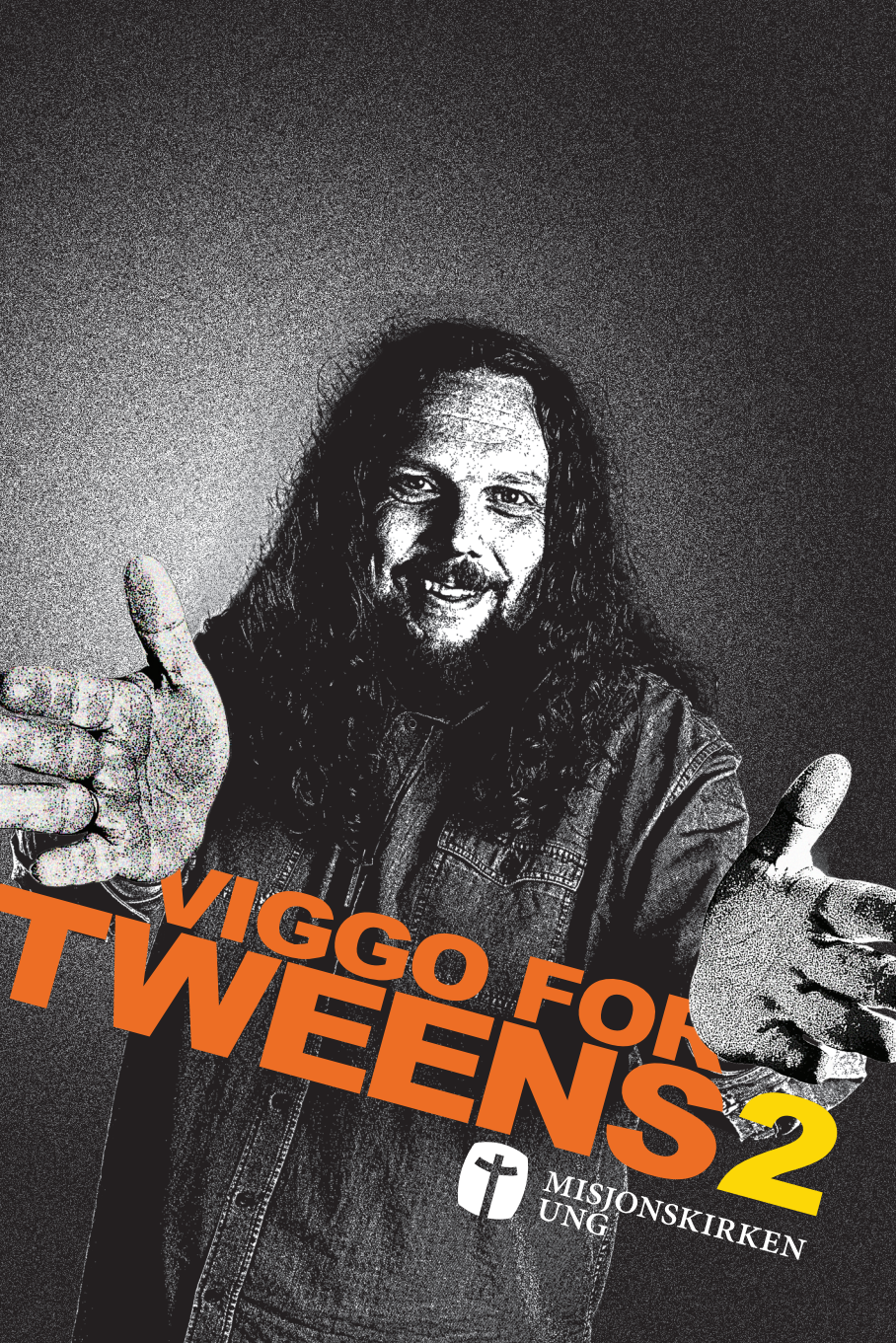




Manual for ledere og foreldre

Jeg håper du og din tweensgruppe vil få stor glede og utbytte av Viggo for tweens 2. Denne manualen er laget for å hjelpe deg med tweenssamlingene du kan ha til hver episode. Først har jeg laget en oversikt over hovedinnholdet i hver episode, deretter kommer noen forslag til samtale, fordypning og aktiviteter som du kan bruke når filmene vises.

Må Gud hjelpe og styrke deg som leder!

Lykke til og tusen takk for den fantastiske jobben du gjør!!

Med vennlig hilsen

Viggo Klausen

Innhold utarbeidet av Viggo Klausen. Produsert og utgitt av Misjonskirken UNG, 2017.
www.mknu.no/tweens

Hvordan forberede og bruke filmene og manualen?

Episodene i denne utgivelsen kan sees enkeltvis. Likevel er episodene satt i denne bestemte rekkefølgen fordi det ene tema innleder til det neste. Under beskrivelsen av hver episode er det skrevet noen setninger som kan hjelpe dere å binde episodene sammen om det er behov for det. Vær oppmerksomme på at manualen er skrevet for voksne, mens filmene er laget for barn i 10-15 års alderen.

Jeg vil anbefale å bruke hver episode to ganger, gjerne på rad. Det er ganske tett med budskap i hver film og nok materiell i ledermanualen til dette. Det kan også være slik at en del tweens ikke er tilstede på hver samling, og ved å bruke hver episode to ganger får flere med seg episodene. I tillegg har man da nok stoff til hele tolv samlinger.

Når dere som ledere eller foreldre forbereder filmvisningen, anbefaler jeg å lese godt igjennom den tilhørende beskrivelsen og se gjennom episoden et par ganger. Les i tillegg forslagene til samtale spørsmål og velg på forhånd hvilke spørsmål dere ønsker å benytte i samtalen etter filmfremvisningen.

Kahoot-quiz

Det er utarbeidet en Kahoot-quiz til hver episode. Dersom man ønsker å benytte disse, må man først registrere seg som bruker på kahoot.com. Søk deretter etter «Viggo for tweens» for å finne quizene. Er du ukjent med Kahoot, undersøk om det er noen i din menighet som kan lære dette.

Tips til samtaleteknikk og bønn:

Finn et egnet sted for gruppesamtalen etter filmen og aktiviteten. Bruk gjerne noen av spørsmålene under til å få i gang praten. Bruk gjerne en snakkegenstand (f.eks. en penn eller en stein) som hjelp til å få i gang praten. Den som har gjenstanden har ordet – de andre må lytte. Gjenstanden blir gitt tilbake til deg. Du sender den så til en ny som selv ønsker å si noe, eller som du vil utfordre til å si noe. Det er ikke alltid viktig å holde seg til tema eller de gitte spørsmålene. Den gode samtalen er mye viktigere! Skulle det derimot bli stille er spørsmålene og temaet godt å ha.

Avslutt gjerne med å lese huskeordet fra Bibelen sammen og be popkornbønner. Det er små bønner som bes høyt og som begynner med ordet «popp». Hvem som helst kan poppe en til to popkornbønner hver i løpet av bønnestunden. Send «posen» med popkornbønnene sammen opp til Gud, før dere avslutter ved å strekke hendene inn mot midten av gruppa og skyte hendene til værs med et «swichhh!». Be også gjerne for enkelte i gruppa som ønsker det.

Tips til fasiliteter:

Når dere viser filmen vil jeg anbefale at dere jobber litt med å få til en god filmopplevelse for barna. Benytt stor skjerm og god lyd om dere har tilgang til det. Bruk gjerne høyt volum. Sørg også for at alle sitter og ser godt. Kanskje har de noe enkelt og godt å tygge på mens de ser filmen? Demp gjerne rombelysningen slik at det blir fullt fokus på skjermen.

Episodenes titler:

Episode 1: God jord

Episode 2: Gode nyheter!

Episode 3: Bibelens blodrøde tråd

Episode 4: Ikke ta deg sammen, ta imot!

Episode 5: Elsk deg selv!

Episode 6: Røtter

God jord?

Episode 1

Jesus sa at vi lever ikke bare av brød, men like mye av ordene som kommer fra Guds munn (Matteus evangeliet 4:4). I skapelseshistorien ser vi at ordene fra Gud gjør alt levende. Hans ord skaper! Ordene i Bibelen har også forandret millioner av mennesker opp igjennom historien! De har hjulpet mennesker i alle tider til å se lys i mørke, få tent et håp, få orden på livet sitt, blitt klokere og varmere og komme videre på en god måte hvis livet har stoppet opp.

Ordene fra Gud har også forvandlet nasjoner fra fattigdom og terror til fred og trygge samfunn! Ordene fra Gud har snudd opp ned på alt! I Johannes evangeliet 1: 14 blir Jesus faktisk kalt ordet som ble levende og flyttet ned hit sammen med oss. Jesus er Guds ord i kjøtt og blod, da gjelder det virkelig å få det med seg!

Jesus sa at man fort kan gå glipp av ordene fra Gud. Det er veldig dramatisk, for vi trenger dem så desperat for å leve!

Vi kan gå glipp av dem, enten fordi vi ikke får de med oss eller fordi vi ofte ikke er så tørste etter dem, men også fordi djevelen vil hindre oss i å få tak i dem. Han vet at om vi får tak i ordene fra Gud vil alt bli nytt! Vi blir Guds barn, himmelen åpner seg for oss, vi blir fri og han mister oss.

Målet med filmen

I denne filmen ser vi på menneskenes store behov for Guds ord og hvordan vi allikevel kan gå glipp av dem. Jeg går igjennom lignelsen Jesus fortalte om såmannen og viser hvordan den kan tydes i dag for tweens. Målet er at seerne skal skjønne hvor viktig ordene fra Gud er og bestemme seg for at de skal få det med seg, selv når omgivelsene gjør det vrient. Vi må ha det, bare må ha det!

2. Aktivitet:

Frø- og steinkonkurranse

Gjør klart en god del steiner og frø fra ulike frukter: Ha også klart hele frukter som tilsvarer de steinene og frøene du har med (appelsin, melon, mango, eple, avokado, plomme, granateple e.l.).

Del gruppa inn i lag på tre og tre. De får se på frøene/steinene som ligger fremme på bordet i ett minutt (gi hvert frø/stein et nummer). Sammen med frøene ligger også de hele fruktene. Hvert lag noterer seg hvilken stein/frø (nummer) de tror hører sammen med hvilken frukt. Det laget med flest rette får en liten premie. Snakk litt sammen om hvor utrolig det er at det kan bli slike frukter ut av bare små frø/steiner! I dagens film vil deltagerne bli kjent med noen andre type frø vi, ifølge Bibelen, er helt avhengige av.

Lag frukt is:

Skrell, del opp i småbiter og frys ned en del frukt på forhånd. La bama blande seg litt ulike varianter og kjør bitene i en prosessor som tåler is-biter. De frosne fruktbitene vil etter hvert få en softislignende konsistens. Fordel i glass, krydre med kanel og vanilje og la tweensene kose seg med resultatet. (NB! Ikke la bama styre prosessoren!)

Plante frø/epletre:

Hvis dere møtes jevnlig og skal se filmene sammen som en serie, kan dere denne første kvelden plante frø i jorden (eller et epletre ute, og kall det «Trond» for å huske at det handler om tro). Stell med plantene som vokser til utover semesteret. Dette kan representere troen til den enkelte som også trenger stell. Et naturlig resultat av stell og næring er vekst. Det samme gjelder også troen; den vokser seg sterkere når den får stell og næring. Plantene deres vil bli et godt bilde på det!

Når den siste samlingen holdes, som handler om «røtter», kan dere bruke plantene til å se hvordan røttene er blitt. Man kan da snakke om hvordan troen deres har vokst nedover i rotsystemet, samtidig som de selv har vokst oppover noen millimeter i været. Treet vil kunne representere troen deres i mange år fremover!

3. Samtalespørsmål:

- Ord er mektige, hvorfor det?
- Hva er det som gjør ordene fra Gud så spesielle fremfor andres ord i bøker, dikt og sanger?
- Hva kan ordene fra Gud bli til hos dem som hører dem?
- Hvor får vi tak i ordene fra Gud?
- Hva mener Jesus med at ordene fra Gud blir sådd som såkorn i jorda?
- Hva mener Jesus med at vi som hører ordene fra Gud er som jord som korn og frø blir sådd i?
- Hvordan kan vi bestemme oss for å få med oss ordene som kommer fra Gud?
- Hva kan vi gjøre med djevelen og andre ting som vil hindre/forstyrre oss fra å få Gudsordene?
- Hva ønsker du at ordene fra Gud skal bli til i livet ditt?
- Hvordan kan du være en som sår ordene fra Gud til andre?

Huskeordet fra Bibelen:

- Matteus evangeliet kapittel 4 vers 4
(Les også Lukas evangeliet kapittel 11 vers 28)

Gode nyheter!

Episode 2

Ordene fra Gud kalles også «gode nyheter». Selve ordet evangelium betyr faktisk «gode nyheter/godt budskap». Vi mennesker jakter gjerne etter gode råd, for eksempel gjennom Østens mystikk, «Mindfulness», 5 steg til lykke eller 10 steg til å bli rik. Men enda bedre er det jo med gode nyheter! Noe vi får uten å gjøre noe for det. Hva er så de gode nyhetene i Guds ord?

Først er det faktisk dårlig nytt. Men om godt nytt virkelig skal ha noen effekt må vi ofte se de dårlige nyhetene først. De dårlige nyhetene er at det er ille ute med meg. Hvis ikke noe blir gjort er jeg fortløpt for alltid! Dette kommer av at jeg er blitt skilt fra Gud på grunn av syndene mine. Jeg kan bare drømme om å komme tilbake. Alt er ødelagt og håpet om en himmel etter døden er sluknet – det er mye verre med meg enn jeg kanskje først trodde! Jeg, og vi, kan ha overvurdert vår egen innsats og undervurdert Guds tanker og reaksjon mot vår synd.

Når noen dør, er det vanlig å snakke om at de er kommet til himmelen. Kanskje de ser ned på oss og heier? Kanskje de til og med er engler? Selv de som ikke tror på Gud kan begynne å bli usikre når døden plutselig kommer nær. De kan også begynne å håpe på at det er noe mer. Det snakkes gjerne om at siden den døde var så god og snill, ville det vært urettferdig om vedkommende ikke kom til himmelen. Hvis den finnes!

Men hvor snill må man egentlig være for å være god nok til å komme inn i himmelen? Finnes det noen målestokk, og hvordan ligger jeg an? Hvor kan jeg finne noen gode råd? Det ville vel være veldig dumt å overvurdere seg selv i et så alvorlig spørsmål?

Mitt håp er at seeren kan få oppleve den enorme gleden og lettelsen det er at Jesus har betalt «himmelbilletten» for oss, og det med en skyhøy pris! Vi klarer uansett ikke å rette opp det ødelagte forholdet til Gud bare ved å motta gode råd og arbeide oss opp til en mulig himmelbillett. Vi mottar heller himmelbilletten gratis ved at Jesus betaler den 100% for oss! Gud har aldri vært passiv når det kommer til sannheten om at vi er fortløpt for alltid i våre synder.

Målet med filmen

Målet med filmen er at seeren skal få et innblikk i dramatikken om evighetsperspektivet fra kjernen i evangeliet, både de dårlige og de gode nyhetene. Det er også et mål å få seeren til å forstå litt av hvorfor Jesu lidelseshistorie er så dramatisk. Om vi ikke skjønner hvor ille ute vi er og hvor dramatisk alvorlig vår stilling er, kan det være vanskelig å forstå hvorfor historien om Jesus er så grusom og dramatisk. Filmen belyser til slutt at det eneste Gud krever av oss nå, er ærlighet om oss selv. Resten gjør han!

2. Aktivitet:

Flokeløseren

- Gruppen står i en ring med ansiktene vendt innover i ringen.
- Velg en frivillig flokeløser som stiller seg utenfor ringen med bind for øynene og ryggen til ringen.
- Alle i ringen tar hverandre i hendene og holder dette grepet hele leken gjennom (viktig å ikke slippe!)
- Så skal ringen lage en floke, en knute. Dette gjøres for eksempel ved at en person klatrer over noens hender, en annen kryper under andres hender. Bruk fantasien.
- Når floken er ferdig tar flokeløseren bindet fra øynene og prøver å løse opp floken slik at alle ender opp i en ring igjen.
- Gjør øvelsen en gang til hvis dere vil, med en ny flokeløser.
- Spill musikk under leken.

Når alt er en floke i livet og i verden, er det fantastisk at det finnes en som kan løse floken. Det er gode nyheter! I dagens film vil deltagerne bli kjent med både floken og flokeløseren.

3. Samtalespørsmål:

- Hva betyr det å «undervurdere» og «overvurdere»?
- Hva tenker dere om at Viggo sa at vi ikke kan bli gode nok til å komme til himmelen?
- Hva er synd?
- Hvorfor er Gud så nøye og ikke kan tåle synd – hvorfor er det så alvorlig?
- Hva tenker dere om at Viggo sa at Gud elsker han, men hater syndene hans?
- Hvorfor plasserte den gode Mor Theresa seg selv så langt nede på stigen?
- Hvorfor er det slik at om man har brutt et av de ti bud, så er egentlig alt ødelagt?
- Hva skal vi med de ti bud om de ikke hjelper oss til himmelen?
- Hva kan det være å gå fortapt?
- Hva er forskjell på gode råd og gode nyheter?
- Hvordan kan Jesu død på korset være gode nyheter?
- Hva tenker dere om at himmelbilletten er skrevet under med Jesu blod?
- Hva er egentlig den boten som må betales for at jeg skal komme til himmelen?
- Hva er det å være ærlig når man setter opp sitt kryss på stigen?

Huskeordet fra Bibelen:

- Romerbrevet kapittel 5 vers 8
(Les også Jesajas kapittel 53 versene 5 og 6)

Bibelens blodrøde tråd

Episode 3

Jesus betalte himmelbilletten med sitt eget blod. Men hvorfor så dramatisk, hvorfor blod? Jo, blod har selve livet i seg! Er blodet borte er livet borte. Blodrøde har også blitt kjærlighetens farge nettopp fordi det handler om det innerste i oss, det mest avgjørende! Blod har også gitt sin farge til mye av flagget vårt, som er et symbol på frihet. Mange har gitt sitt eget blod i kriger, for at vi skal få ha gode folk som styrer landet vårt og få være frie.

Det har også blitt ofret mye blod av dyr og mennesker til gudene opp gjennom historien. Selve livet har blitt ofret. Du får ikke ofret noe mer verdifullt enn det! Derfor er det kanskje ikke så rart at vi også finner dette igjen i Bibelen.

Men Bibelens blodshistorie er en ganske annen enn de vi finner i andre religioner. I Bibelens historie har riktignok ulike dyr måtte bøte med livet i offer til Gud. Men da bare som et bilde og et frampek på hva Gud selv en dag ville gjøre, da han ofret sitt eget blod for denne verden. Han skulle gi sitt eget liv som offer, eller en betaling, som en gjenforening og pakt mellom oss og Gud.

Alle våre offer kan ikke ordne opp i den store ulykken som har skjedd. Vi har vært ulydige mot Gud, og vi er kommet langt bort i fra Gud. Men nå, ved hans blod, er vi kommet nær igjen! Gud krever et fullverdig offer som betaling for våre synder. Derfor ofret han seg selv for oss! Derfor er Bibelens Gud den eneste guden med slike sår – en Gud som har ofret seg for mennesket!

Kristne barn vil ofte høre om Jesu blod. De vil se kors over alt, som et smykke, som dekor på kirker og til og med i vårt eget flagg. Oftringene i det gamle testamentet vil de også få høre om. De vil se at historier om blod går igjen gjennom hele bibelrien. Hva betyr det egentlig? Hvorfor alt dette blodet? Man kan begynne å lure på om Gud er en blodtørstig og ond Gud.

Målet med filmen

Målet med filmen er å gi seeren et innblikk i hvorfor det er så mye blod og hva det kan bety. Jeg ønsker at de som ser og hører skal bli beveget over at Jesus ofret sitt eget blod for oss, slik som jeg selv ble beveget som liten gutt. Jeg vil at de skal se hvor stor kraft det er i korset og i Jesu blod og kanskje begynne å leve i den kraften med sine egne liv.

2. Aktivitet:

Firkanten

Til denne øvelsen trenger dere god plass, som i en gymsal, ute i en hage eller på en fotballplass.

- Hele gruppen har bind for øynene, for eksempel et skjerf, en hettegenser bak fram, pannebånd over øynene osv.
- En leder (som ikke har bind for øynene) legger ut en keil med tau på 8, 12 eller 16 meter.
- Når taukeilen er utplassert, starter tidtagningen og gruppen begynner å lete etter tauet.
- Når tauet er funnet skal gruppen danne en rettvinklet firkant av tauet med like lengder fortest mulig – laget har maks 15 minutter på seg.
- Det er lov for alle å prate. Ingen har fått utdelt roller; så her vil det synes hvem som tar lederroller; hvem som jobber i team, hvem som blir litt parkert osv.
- Før deltagerne tar av seg øyebindene må alle være enige om at oppdraget er utført. Tauet skal holdes i livhøyde i det øyebindene tas vekk – nå kan de se resultatet.
- Hvis dere er mange kan dere dele gruppen i to og ha en konkurranse på tid og nøyaktighet.

3. Samtalespørsmål:

- Hva er egentlig et kors?
- Hvorfor er korset blitt noe vi smykker oss selv, kirker og til og med flagget vårt med?
- Hva har blodet symbolisert opp igjennom tiden?
 - Kjærlighet – hvorfor?
 - Offervilje – hvorfor?
- Hvordan har blod blitt brukt som betaling?
 - Man måtte betale tilbake med sitt eget blod som straff for mord man hadde gjort.
 - Blidgjøre gudene – for hva?
 - Blod er menneskets høyeste betalingsform, det er verdien av et liv.
- Hva betyr uttrykket «en rød tråd»?
- Hvilken fortelling i Bibelen binder «Den blodrøde tråden», som Viggo viste, sammen?
- Hvordan kan Jesu blod være en betaling for menneskenes onde ord og handlinger?
- Hva gjør Jesu blod? (Hva følger med betalingen som Jesus har gjort med sitt eget blod?)
 - Renser bort all synd!
 - Betaler boten (skylden vi har fått på grunn av våre synder)!
 - Frikjenner oss fra skylden som syndene våre har gitt oss!
 - Gjør djevelen stille – anklagene hans gjelder ikke lenger!
 - Redder oss fra fortapelse! (Fortapelsen = å for alltid være borte fra Gud og alt som er godt.)
 - Gjenforener oss med Gud, både på jorda og i himmelen!
 - Sluttes fred mellom oss og Gud – Guds hat stilner!
 - Helbreder sykdommer!
- Hva kan Jesu blod begynne å bety for deg?

Huskeordet fra Bibelen:

- Johannes Evangeliet kapittel 3 vers 16
(Les også 1. Johannes brev kapittel 1 vers 7 til 9)

Ikke ta deg sammen, ta imot!

Episode 4

Alle religioners ofringer, botshandlinger, øvelser og tankespinn kan bli ganske så slitsomme i lengden! Det samme blir kravet om å være god nok for venner, skole, sporten, på internett osv. Mange blir syke og slitne av livet allerede i ung alder, på grunn av stresset om å være god nok, pen nok, kul nok, flink nok og sexy nok. Men vi tar oss sammen så godt vi kan for å få andres gunst og leve opp til kravene.

Vi sitter hardt i det, for kjærlighet og aksept er noe vi må ha, bare må ha! Som en bil må ha bensin på tanken for å kjøre, må vi mennesker ha kjærlighet «på tanken» for å fungere bra. Så vi gjør altså hva som helst for å få fylt opp «kjærlighetstanken» vi har inni oss!

Kjærlighet finnes i flere typer og fasonger, men det finnes både ekte kjærlighet og falsk kjærlighet. Eller med et mer voksent språk: ubetinget kjærlighet (i filmen: rød kjærlighet) og betinget kjærlighet (i filmen: blå kjærlighet). Vi tyr ofte til den betingede kjærligheten, den vi kan få «hvis...». Denne kjærligheten må du gjøre deg fortjent til, og vi har en viss kontroll på den. Det kan se ut som om det er denne kjærligheten som er noe verdt og som virkelig gjelder! Det er denne kjærligheten det også er mest av og som er lettest å få tak i.

Men den ubetingede kjærligheten finnes også! Den du får bare fordi du er den du er. Du behøver ikke stresse med noe for å få den, du er god nok! Den får du av ekte venner og av gode mennesker i familien. Mange har likevel opplevd at de som skulle gi en slik kjærlighet har skuffet og såret veldig. Til og med mammaer og pappaer har sviktet. Da er det vanskelig å tro på kjærligheten, og i frykt for å bli såret enda en gang, «skrur vi på lokket» og satser på den betingede (blå) kjærligheten.

Målet med filmen

Målet med filmen er å peke på at begge disse kjærlighetstypene finnes og samtidig utfordre seerne til å våge å tro på den betingelsesløse (røde) kjærligheten. Å våge tro på at om mennesker skulle svikte, så vil Gud aldri svikte med sin kjærlighet. Den er betingelsesløs! Han har oppfylt alle betingelsene selv, så nå kan vi få ta imot denne kjærligheten uten betaling. Jeg vil vise hvordan man kan tro på den og ta imot den: Det må jo være ved å begynne å takke for den, da tar man imot. Takke Gud for hans kjærlighet og takke venner og familie for deres kjærlighet. Da fylles tanken mer og mer opp og vi kommer i balanse. «Ikke ta deg sammen, ta imot!»

2. Aktivitet:

Fyll tanken

Til denne stafetten trenger dere:

- To store brusflasker der etiketten er fjernet. En flaske til hvert lag.
- To rene bøtter med vann. Det ene laget har rødt vann og det andre laget har blått. Bruk konditorfarge.
- Alle på laget får utdelt hvert sitt sugerør.
- Musikkilde med forsterker
 - Den tomme flasken står i den ene enden av rommet på gulvet eller på et bord (likt for hvert lag).
 - Bøtta med vann står i den andre enden av rommet sammen med laget.
 - Det telles ned og alle på laget suger i seg litt vann fra bøtta med sugerøret og løper bort til flasken og slipper vannet ned i den gjennom sugerøret en etter en.
 - Alt foregår uorganisert, men to ledere på hvert lag passer på at ikke hodene til lagkameratene skaller i hverandre over bøtta eller ved flasken.
 - Det laget som fyller sin flaske først har vunnet.
 - Spill litt hyper musikk under konkurransen.

Senere i samlingen vil den røde og den blå «tanken» dukke opp i filmen dere skal se sammen, så la flaskene med rødt og blått vann stå igjen etter leken. Ta en svart sprittusj og tegn på et trist ansikt på den blå flasken og et smilefjes på den røde flasken. Sett dem i nærheten av skjermen dere skal se filmen på.

3. Samtalespørsmål:

- Hvordan kan en bil og en baby sammenlignes?
- Hvorfor sa Viggo at «Vi må ha det, bare må ha det!» om kjærlighet?
- Hva skulle den blå fargen på vannet på den triste tanken bety?
- Hva kreves for at du skal få fylt tanken med den «blå kjærligheten»?
- Hva skulle den røde fargen på vannet på den glade tanken bety?
- Hva kreves for at du skal få fylt tanken med den «røde kjærligheten»?
- Hvorfor kan det være vanskelig å tro på at det finnes ekte, «rød» kjærlighet?
- Hva kan skje med oss når mennesker vi stolte på og er glad i, svikter oss?
- Hva betyr det at Gud i himmelen er vår pappa og at han har bare «rød» kjærlighet til oss?
- Hva kan du gjøre hvis ordet «pappa» ikke kjennes godt?
- Hvem velger hvilken type kjærlighet du skal fylle på tanken din?
- Hvordan blir du om du har «blå kjærlighet» på tanken?
- Hvordan blir du om du har «rød kjærlighet» på tanken?
- Hvordan kan du ta imot gratis kjærlighet og tro på den? («Ikke ta deg sammen, ta imot!»)

Huskeordet fra Bibelen:

- 1. Johannes brev kapittel 4 vers 16
(les også 1. Korinterbrev kapittel 13 versene 4 til 7)

Elsk deg selv!

Episode 5

Den ubetingede kjærligheten kan og bør vi også gi til oss selv. Det er vanskelig å elske andre med en slik kjærlighet om vi ikke kan elske oss selv. Men hvordan elsker jeg meg selv? Betyr det å digge seg selv, å belønne seg selv eller å karre til seg selv?

Jeg tror det betyr å like seg selv. Mange sliter med det. Å like kroppen sin og personligheten sin og like å være i sitt eget selskap. Vi disser ofte oss selv, ser ned på oss selv og finner alle feilene. Den som elsker seg selv derimot, liker seg selv og blir venn med seg selv. Det kan man like gjerne gjøre med det samme, for vi må være sammen med oss selv hele tiden resten av livet!

Elsker du deg selv, synes du også at du er verdifull, og du får respekt for deg selv. Da vil du automatisk ønske å ta vare på deg selv. Det gjør vi gjerne ved å sette grenser. Vi slipper inn til oss de gode tingene for våre liv og holder ute det som vil ødelegge, som for eksempel løgner og myter om oss selv og om hva de gode tingene i livet er.

Når vi er barn, ser vi ikke alltid hva som ikke er bra å «slippe inn» (og ikke alltid etter vi er blitt voksne heller). Men mange er heldige og har noen voksne i livet som ser det og som setter grenser for barna. Utfordringen er å se grensesetting som noe som gjøres i kjærlighet, for det er ofte det! Det gjelder å følge nøye med på hvordan de voksne gjør det nå, for snart er hele oppgaven med å ta vare på seg selv blitt vår egen.

Når vi har tabbet oss ut og ikke klarer å sette grenser for oss selv, da gjelder det å kunne tilgi seg selv, være raus med seg selv og komme seg videre. Jesus har tilgitt oss våre feilskjær og bommerter, og når han har tilgitt oss må vi også kunne tilgi oss selv og ikke gå å skamme oss over alt mulig. Nei, den som elsker seg selv, må også kunne tilgi seg selv!

Målet med filmen

Målet med filmen er å lære disse tre enkle levereglene og oppfordre barna til å begynne, eller fortsette med, å behandle seg selv som en god venn. Da har den ubetingede kjærligheten fått virke i oss og vi får et mye bedre liv og et mye bedre forhold til Gud som har skapt oss slik vi er

2. Aktivitet:

Stolleken med en liten twist

Til denne stafetten trenger dere:

- En stol til hver deltager som blir med. Stolene settes i en ring med setene vendt utover i rommet.
- En stor fisk (død).
- Musikkilde med forsterker:
 - o Deltagere setter seg på hver sin stol.
 - o Når musikken starter leverer en leder fisken til en av deltagerne.
 - o Denne sender fisken mot høyre.
 - o Den som har fisken når musikken stopper har to valg:
 1. Å gå ut av konkurransen.
 2. Å kysse fisken og sende den til høyre for seg. Man sender da denne personen ut av konkurransen, men man blir selv med videre.
 - o Når en går ut av konkurransen fjernes en stol og ringen krymper litt.
 - o Den som står igjen til slutt med fisken i hendene bør få en skikkelig premie.

I filmen som vises senere i samlingen, får deltagerne spørsmål om hva det betyr å elske seg selv. Er det å redde seg selv mens det går ut over andre? Er det å karre til seg selv og belønne seg selv? Betyr det å digge seg selv? I leken har man ofret seg litt for å redde seg selv, fordi man tross alt vil forsøke å komme videre. Det å elske seg selv er å stille opp for seg selv, respektere seg selv og bli en venn med seg selv, men ikke på andres bekostning, tvert imot! Det er når man elsker seg selv at en klarer å elske andre og elske Gud!

3. Samtalespørsmål:

- o Når Jesus sier at vi skal elske andre som oss selv, da betyr det at vi først må elske...?
- o Betyr det å elske seg selv å digge seg selv? Hva vil det si å digge seg selv?
- o Hva vil det si å like seg selv?
- o Hva vil det si å bli venn med seg selv?
- o Hva tenker dere om at det er så mange barn og unge som er misfornøyde med seg selv?
 - Hvorfor er det slik?
 - Hva fører det til?
- o Hva tenker dere om at Viggo mente at dette er en djevelsk plan mot barn og unge?
- o Hva vil det si å sette grenser for seg selv?
- o Hvordan kan vi lære av gode voksne om å sette grenser?
- o Hva tenker du om det Viggo sa, at når voksne setter grenser er det tegn på kjærlighet?
- o Hva betyr det å ha respekt for seg selv?
- o Hva synes dere om historien som Viggo fortalte fra da han var skolegutt - om pornobildene?
- o Hva tenker dere om porno nå, og om at man kan bli presset til å sende bilder av seg selv?
- o Hva vil det si å tilgi seg selv?
- o Hva er skam?
- o Hva betyr det at Gud kan tilgi og ta bort det vi kan skamme oss over?

Huskeordet fra Bibelen:

- o Matteus evangeliet kapittel 22 vers 39
(Les også Johannes evangeliet kapittel 10 vers 10)

Røtter

Episode 6

Livet er ikke for pyser! Det hender oss så mye som ikke skulle hendt, eller som vi kan lure på hvorfor skjer. Sjelden får vi svar. En person i Bibelen som møter på enormt mange utfordringer, er Josef i Det gamle testamentet. Han ble hatet, mobbet, mishandlet, urettferdig behandlet og glemt. Likevel står det at Gud var med Josef! Ikke på den måten at alt fikset seg og at han fikk det mer behagelig eller fikk løst alle problemene sine. Men Josef fikk oppleve en Gud som var nær han, som beskyttet han og ledet han hele tiden. På den måten fikk Josef bety veldig mye for veldig mange av de menneskene han møtte. Og til slutt fikk han ordnet opp i alle problemene også, men det tok lang tid!

Josef måtte lære å kjenne Gud gjennom alt det som skjedde. Lære å kjenne til hvordan Gud ville angripe problemene som kom. Det er ganske annerledes enn det vi ellers pleier å gjøre som mennesker! Josef lot ikke hat og bitterhet få gro, og han valgte å være lydig mot Gud, holde budene og leve etter dem. Gjennom det så han hvordan Gud hjalp han på helt spesielle måter. Men Josef var bare en vanlig gutt, etter hvert en mann, så heller ikke han var feilfri. Det fungerte allikevel bra, for Josef hadde hjertet på rett plass og elsket Gud som han hadde blitt introdusert for hjemme.

Vi kan speile oss i Josef og se hvordan vi kan møte tingene i livet når de kommer. Han kan være et forbilde og en inspirasjon for oss når vi selv opplever motstand, sorg og forvirring. Vi kan vite at Gud er med oss selv om det skulle hende vonde ting og problemene tårner seg opp. Han løser sak etter sak for oss, som vi selv ikke klarer å finne ut av. Vår oppgave er å være lydige, som Josef var, og ha tillit til at Gud er med! Når oppgavene blir for vanskelige, kan vi legge ansvaret over på Gud slik at det ikke blir for tungt å bære selv.

Mens Josef vokste oppover i kroppen og ble først en ung mann og så en fullvoksen mann, vokste han også nedover inni seg. Han gjorde som trær gjør: slår dype røtter som strekker seg ned mot kilder under bakken. På den måten dør ikke treet i tørketider eller om vinteren, og det gjør også at treet fester seg og ikke velter i stormer.

Vi kan bli slik vi også, hvis vi strekker oss etter det Gud har lært oss og stoler på og venter på han. Da kan det komme stormer (vanskeligheter), tørke (kjedsomhet, lite liv, ikke få svar på spørsmålene våre), men likevel bevarer vi troen og bærer god frukt (ikke hat og hevn, men nåde, godhet, tålmodighet, tjenersinn og tilgivelse). Og når vinteren kommer (døden), ligger livet nede i røttene og venter på våren (oppstandelsen fra de døde og det evige liv).

Målet med filmen

Jeg har et ønske at denne filmen skal trøste og oppmuntre de seerne som kjenner at livet er i drøyeste laget for tiden. Samtidig ønsker jeg å forberede dem som har det ok, på at livet plutselig kan ta en annen retning enn vi først hadde trodd og beregnet. Jeg ønsker at de skal vende seg til tanken om at Gud sjelden jobber gjennom en «quick fix». Han vil heller bygge en lang og sterk relasjon til oss gjennom hele livet, og la oss bli som trær som er plantet ved rennende bekker og som gir god frukt selv om det er tørke og vinter inni mellom. Den som lærer seg å vente på Herren blir slik, og vi kan til og med få hjelp til å tilgi mennesker det onde de har gjort mot oss og på den måten komme oss videre i livet!

2. Aktivitet:

Riv opp rota!

Dette er en vilter lagkonkurranse der alle krefter trengs!

- Del gruppa i to lag.
- Først skal det ene laget knytte seg hardt fast i hverandre som ei skikkelig rot med hender armer og bein. Laget har 30 sekunder på å knytte så harde bånd som mulig.
- Deretter teller en leder ned fra tre til null og tidtagningen begynner.

- Etter dette går det andre laget i gang med å prøve å løse opp bindingene og plukke laget fra hverandre. Bruk krefter, men vær forsiktig så ingen blir skadet.
- Når en del av rota er revet løs (en deltager på laget) kan ikke vedkommende komme tilbake i rotknuten igjen.
- Leken holder på helt til rotknuten er helt oppløst. Tiden stoppes og noteres.
- Etter en liten hvilepause bytter lagene roller til motsatt av det de hadde først og leken kan begynne igjen.
- Det laget som klarer å løse opp rotknuten på kortest mulig tid har vunnet.
- Spill litt hyper musikk under leken.

Senere i samlingen skal deltagerne få bli kjent med Josef i Bibelen. Josef knyttet sterke bånd til Gud. Mange store og vanskelige ting hendte i Josef sitt liv, men ingen ting klarte å «rive Josef opp med rots!» Han holdt seg til sin Gud og Gud holdt seg til han. Det ble Josefs redning. Josef er et trosforbilde for alle mennesker.

Dere som har plantet frø/epletre i første episode, se her:

Samle alle plantene deres på bordet foran dere (eller samle dere rundt epletreet dere har plantet). Se litt på hvor store plantene (treet) har vokst siden de ble plantet og snakk litt om både det som har skjedd over jorden og det som har skjedd under jorden. Se om dere kan finne noen likheter mellom plantene og det å vokse i tro.

Filmen dere skal se i dag handler om dette: Når det er tørke må planten finne vann dypt nede i jorda. Når kan troen oppleve tørke? Når alt blir kjedelig, når det ikke skjer noe, når jeg ikke får svar på spørsmålene mine? Så kan det bli storm! For at planten ikke skal fyke av gårde, har den fått røtter til å holde seg fast med. Hva kan være stormer i livet? Hvordan kan troen på Gud hjelpe oss til å holde fast når livet stormer?

Om vinteren ser det ut som om plantene dør. Men sannheten er at den våkner igjen til våren! Livet ligger nede i røttene og venter. Når livet på jorda tar slutt ser alt dødt ut. Men Bibelen forteller at livet ligger bare på vent. Gud har lovet å vekke alt dødt liv opp igjen!

Den som har røtter hos Gud har mye godt i vente!

3. Samtalespørsmål:

- Hvorfor sammenlignet Viggo livet sitt med et tre?
- Hva er det å vokse nedover – hva er det å slå røtter?
- Hvordan kan man si at Gud var med Josef når han opplevde så mye fælt?
- Hva tenker dere om at problemer i livet ofte ikke fikses, eller at det tar lang tid før det fikses?
- Hva er mobbing og hva gjør det med et menneske å bli mobbet, avvist og behandlet dårlig?
- Hva er medfølelse og hvordan kan vi få mer av det?
- Hvordan unngikk Josef å bli sint, hard og hevnlysten på brødrene sine og fruene i slavehuset?
- Hva betyr det egentlig å tilgi?
- Hva er vanskelig med å tilgi?
- Hva er bra med å tilgi?
- Kan vi bestemme selv hvordan vi vil reagere på hva andre gjør mot oss?
- Hva tenker du om at bønn til Gud handler mer om å være sammen med Gud enn om å få ting?
- Hvordan kan vi speile oss i Josef flere tusen år etter at han levde?
- Hva synes dere om historien om Josef?

Huskeordet fra Bibelen:

- Profeten Jeremias kapittel 17 versene 7 til 8