



CROC

bibelstudie

*CROC

Det lyder måske som en grim plastiksandal, men det er et bibelstudie! CROC er dit redskab til – som krokodillekæber – at tygge dig igennem Bibelens kost.

Tema-artikel

”Evangeliet for den selvhadende”

Find den: lmu.dk > artikler > ”Evangeliet til alle slags dage”

Note til dem der står for bibelstudie. I dette bibelstudie er det vigtigt at man føler, at man kan dele fra sit eget liv. Derfor vil jeg anbefale, alt efter hvor stor jeres LMU er, at i deler bibelstudiegrupperne op i køn. Det kan gøre det nemmere at snakke om selvværd, selvbilleder osv.



Check ind

Velkommen til CROCS-bibelstudie. Hvor er det fedt, at lige præcis du er kommet!

Hvis I har haft CROC før, så kan I starte med at tage en runde, med hvordan det er gået sidst, og om I har fået fulgt op på de ting, som i snakkede om.

I aften skal vi have om selvhad. Det er et meget voldsomt ord ”at hade sig selv” – men alligevel kommer mange af os alligevel til det i større eller mindre grad. Jeg kender i hvert fald til det. Da vi skal ind over nogle personlige emner, så er det vigtigt at pointere, at du bare skal føle dig fri til at dele, hvor meget og hvor lidt, som du har lyst til. Du er dyrebar, og det er dit indre også, så det er helt okay at ville passe på det.

Vi lægger ud med en lille snak om, hvad man kan komme til at banke sig selv i hovedet med. Det behøver ikke at være jeres egne ting. I kan evt. lave en liste. Prøv at komme på min. 10 ting.

Hvilke bruger i selv mest – og hvorfor er det lige dem?

Inden vi går i gang med bibelstudiet, så skal vi have en lille bøn. Tag en runde hvor i lige deler, om der noget som I gerne vil have bedt for. Skriv det op, og lad en enkelt bede for det i har skrevet. Der kommer bøn i slutningen med fælles bøn.



Refleksion

- Læs beretningen om Zakæus, Luk. 19.1-10.
- Individuel refleksion i 3 minutter.
- Runde: Hvad talte til dig, eller hvad undrer du dig over?
- Tal om:
 1. Det virker som Zakæus er en rig man. Hvorfor er han nødt til at gemme sig i et træ?
 2. Kender i til situationer, hvor I føler I er nødt til at gemme jer?
 3. Hvordan ville i have det, hvis I var i Zakæus situation, og Jesus så jer, og ønskede at komme hjem til jer?



Oplæg

Nu skal vi se på artiklen. I kan vælge enten at læse den højt, eller læse den hver for sig.

Da jeg læste artiklen, var der nogle spørgsmål som poppede op i mit hoved, og som jeg tænkte I kunne snakke om:

1. Jeg tror, at jeg har hørt bibelverset ”du er dyrebar i mine øjne, højt agtet, og jeg elsker dig” tusind gange. Alligevel har jeg virkelig svært ved at fatte det – eller at tage det ind. Hvorfor kan det være så svært at forstå eller acceptere, at det er rigtigt?
2. Hvordan har I det med at få at vide, at I er skabt til at være den i er?
 - a. Hvornår er det svært at tro på det?
3. Hvad gør synden ved vores selvbillede, og hvorfor?
 - a. Hvorfor har synden nemt ved at bilde os ind, at vi ikke er værdifulde?
4. Hvad betyder det, at Jesus døde for dig? Prøv ikke at falde til klicheerne, eller hvad I tænker er rigtigt, men fortæl ærligt, hvad det betyder for dig. Hvis du har svært ved, at lade det betyde noget for dig, så er det helt okay.
 - a. Hvad kan gøre det svært at fatte det?
5. Hvordan kan vi hjælpe hinanden, så vi husker på at vi er blevet tilgivet og værdifulde. Er der noget i kunne blive bedre til i jeres fællesskab?



Check ud

Så er det tid til at få rundet af og lande igen. Tag en afsluttende runde, hvor i alle lige får lov til at svare på to ting:

Hvad tager du med fra denne CROC?

Skal du tage praktisk skridt inden næste gang, eller er der ny viden der skal bundfælde sig?

Nu er det tid til en afsluttende bøn. Bed for hinanden, og for de tanker og følelser som er kommet frem i samtalen. Brug gerne tid her til at lade bønnen være fri. Sæt et ur til 10-15 min., så i ikke blive stressede af stilheden, og hvornår det slutter.