

9 <sup>1</sup>Because of his strength I will give heed unto thee; For God is my high tower.  
10 My God with his lovingkindness will meet me: God will let me see my desire upon mine enemies.  
11 Slay them not, lest my people forget:  
Scatter them by thy power, and bring them down,  
O Lord our shield.

12 For the sin of their mouth, and the words of their lips, Let them even be taken in their pride,  
And for cursing and lying which they speak.

13 Consume them in wrath, consume them, so that they shall be no more:  
And let them know that God ruleth in Jacob,  
Unto the ends of the earth.

14 And at evening let them return, let them howl like a dog, And go round about the city.

15 They shall wander up and down for food,  
And tarry all night if they be not satisfied.

16 But I will sing of thy strength; Yea, I will sing aloud of thy lovingkindness in the morning:

For thou hast been my high tower,  
And a refuge in the day of my distress.

17 Unto thee, O my strength, will I sing praises:  
For God is my high tower, the God of my mercy.

Lament over Defeat in Battle, and Prayer for Help.

For the Chief Musician; set to Shushan Eduth. Michiam of David, to teach; when he strove with Aram-naharaim and with Aramzobah, and Joab, returned, and smote of Edom in the Valley of Salt twelve thousand.

60 O God, thou hast cast us off, thou hast broken us down; Thou hast been angry; oh restore us again.

<sup>1</sup> Acc. to Sept. and Vulg. My strength  
<sup>2</sup> Or, them that lie in wait for me  
<sup>3</sup> Or, Make them wander to and fro  
<sup>4</sup> That is, The lily of testimony

2 Thou hast made the land to tremble; thou hast rent it: Heal the breaches thereof; for it shaketh.

3 Thou hast showed thy people hard things:  
Thou hast made us to drink the wine of staggering.

4 Thou hast given a banner to them that fear thee,  
That it may be displayed because of the truth.

5 That thy beloved may be delivered,  
Save with thy right hand, and answer us.

6 God hath spoken in his holiness: I will exult:  
I will divide Shéchem, and mete out the valley of Súc-côth.

7 Gîl'ê-âd is mine, and Mâ-nâs'sêh is mine;  
E'phraïm also is the defence of my head;

8 Jûdâh is my sceptre,  
Mô'âb is my washpot:  
Upon E'dôm will I cast my shoe;

9 Who will bring me into the strong city?  
Who hath led me unto E'dôm?

10 Hast not thou, O God, cast us off?  
And thou goest not forth, O God, with our hosts.

11 Give us help against the adversaries;  
For vain is the help of man.

12 Through God we shall do valiantly;  
For he it is that will tread down our adversaries.

Confidence in God's Protection.

For the Chief Musician; on a stringed instrument. A Psalm of David.

61 Hear my cry, O God; Attend unto my prayer.  
2 From the end of the earth will I call unto thee, when my heart is overwhelmed:

<sup>1</sup> Another reading is, me  
<sup>2</sup> Or, languish  
<sup>3</sup> Heb. Unto  
<sup>4</sup> Or, Who will lead me etc.  
<sup>5</sup> Or, Will not thou, O God, who hast cast us off, and goest . . . hosts?  
<sup>6</sup> Heb. salvation  
<sup>7</sup> Or, fainteth

22

Lead me to the rock that is higher than I.  
3 For thou hast been a refuge for me,  
A strong tower from the enemy.

4 I will dwell in thy tabernacle for ever:  
I will take refuge in the covert of thy wings.

5 For thou, O God, hast heard my vows:  
Thou hast given me the heritage of those that fear thy name.

6 Thou wilt prolong the king's life; His years shall be as many generations.

7 He shall abide before God for ever:  
Oh prepare lovingkindness and truth, that they may preserve him.

8 So will I sing praise unto thy name for ever,  
That I may daily perform my vows.

God alone a Refuge from Treachery and Oppression.

For the Chief Musician; after the manner of Jeduthun. A Psalm of David.

62 My soul waiteth in silence for God only:  
From him cometh my salvation.

2 He only is my rock and my salvation:  
He is my high tower; I shall not be greatly moved.

3 How long will ye set upon a man,  
That ye may slay him, all of you,  
Like a leaning wall, like a tottering fence?

4 They only consult to thrust him down from his dignity:  
They delight in lies;  
They bless with their mouth, but they curse inwardly.

5 My soul, wait thou in silence for God only:  
For my expectation is from him.

6 He only is my rock and my salvation:  
<sup>1</sup> Or, a rock that is too high for me  
<sup>2</sup> Heb. tent  
<sup>3</sup> Or, given a heritage unto those etc.  
<sup>4</sup> Heb. is silent unto God  
<sup>5</sup> Or, as otherwise read, Ye shall be slain etc.  
<sup>6</sup> Heb. be thou silent unto God

22

# Sæt Ord På...

Samtaleoplæg til smågrupper

## INTRODUKTION

Sæt Ord På er et samtaleoplæg henvendt til smågrupper. Oplægget er ikke lavet med det udgangspunkt at gennemgå og udfolde en enkelt bibeltekst. I stedet vil oplægget tage udgangspunkt i vores trosliv, vores erfaringer og forhåbentlig stille skarpt på noget af det, som vi godt må blive bedre til at sætte ord på. Der vil være henvisninger til Bibelen i oplægget, men brug også frimodigt det, I selv er glade for fra Bibelen. Oplægget er ikke et bibelstudie, men et oplæg til samtale ud fra det erfarede trosliv.

Fokus for samtalen er din relation til Jesus i dit trosliv. Jesus, vores fantastiske frelser, vores himmelske Herre og vores bror. Jesus er troens centrum, han er altid den samme, men vi kan opleve troen forskelligt. Derfor skal I dele liv, tro og håb. Samtaleoplægget bliver en øvelse i at være sårbar, at åbne op og dele glæder og bekymringer med hinanden.

Det er vigtigt, at jeres gruppe er et lukket rum. Det betyder, at det, der bliver sagt i gruppen, bliver i gruppen. Det er ikke vigtigt, at I bliver færdige med oplægget. Oplægget er netop lavet for at skabe tid til at sætte ord på vores tro på Jesus – og det kan tage tid. Derfor vil vi opfordre jer til at stille flere spørgsmål, end dem oplægget stiller. Tag gerne et sidespring fra oplægget, hvis nogle i gruppen har brug for det.

Vi håber, at *Sæt Ord På* bliver til velsignelse for jer i vandringen med Jesus.

Når I samles, er det godt at lave en 'check-in' runde og bruge tid på at takke Gud gennem bøn.



## CHECK-IN

Fortæl lidt om din hverdag. Hvad laver du? Hvad motiverer dig, og hvad er fedt for dig lige for tiden? Er der noget, du er særligt taknemmelig for? Hvilke udfordringer står på lige nu, i din hverdag? Hvad snakker du med Gud om for tiden? Er der et bibelvers, som du er særligt glad for?

## BØN

Bøn er en central del af det kristne liv, og bønnens fællesskab er helt igennem fantastisk. Brug derfor tid på at takke og bede til Gud. Tak for det, som gør jer glade, trygge, håbefulde m.m., og bed for hinandens tro, udfordringer og bekymringer i livet.

# Tilgivelse

- Bør, skal eller skal ikke?

Tilgivelse kan være svært at forholde sig til. Det kan være svært at bede om tilgivelse hos Gud eller hos sine venner eller familie. For mange kan det også være svært selv at skulle tilgive andre. Det er på mange måder sårbart, fordi vi skal erkende en fejl, som vi har begået. Vi skal turde se fejlen i øjnene. På en eller anden måde afhænger det også af, hvor stor skylden er, hvor stort et rod du har fået lavet, eller hvad?

*Vi kan måske huske en særlig situation fra en film, en bog, eller noget helt andet, som omhandler tilgivelse. Del situationen med hinanden, og hvad der gjorde den/dem stærke?*

Læs 1 Joh. 4,10. Tal efterfølgende med hinanden om følgende spørgsmål:

*Hvad betyder det for dig, at Gud elskede os først?*

## STARTSKUDET

Rundt om bordet ved aftensmåltidet går snakken om min brors arbejde. Pludseligt siger han noget om en kunde, der besøgte butikken på hans arbejdsplads. Min bror får sagt nogle ord om situationen i butikken og om kunden, som jeg ikke synes er helt retfærdigt. Stemningen omkring aftensmåltidet accelerer hurtigt fra at være hyggelig til at blive meget dårlig. Vi får sagt nogle grimme ord til hinanden, fordi konflikten er på sit højeste. Vi hæver endda stemmerne overfor hinanden. Hvordan skal jeg kunne tilgive min bror for det, han lige har sagt om mig? Efter at den urolige

stemning stille og roligt begyndte at falde igen, startede min bror med at sige "undskyld" til mig. Dér indså jeg, at dét jeg havde sagt til min bror heller ikke var helt okay. Vi endte med at tilgive hinanden for det, vi havde gjort forkert, og for at have såret hinanden, så vi kunne blive gode venner.

*Tal om følgende spørgsmål:*

- *Prøv at give en definition af ordet, tilgivelse?*
- *Hvordan opleves det at tilgive en anden?*
- *Hvad kræver det at tilgive en anden?*
- *Hvorfor er det vigtigt at tilgive eller at blive tilgivet?*
- *Se evt. Ef 4,32 og Kol 3,13*

## Personlige oplevelser

I skal nu hver for sig dykke ned i det personlige, for derefter at kunne dele oplevelser med hinanden. Brug et par minutters tid til at tænke på en situation eller et eksempel, hvor du har oplevet at såre en ven eller et familiemedlem, hvor du havde brug for tilgivelse efterfølgende. Eller en anden oplevelse, hvor du er blevet trådt på eller såret, og selv skulle tilgive.

*Del jeres oplevelser med hinanden, og tal efterfølgende om spørgsmålene ind i jeres konkrete situationer*

- *Hvad var svært ved denne situation?*
- *Hvad fik du ud af situationen?*

- *Hvis ikke, du lige har en personlig oplevelse at dele ud af, kan du måske svare på, hvordan det føles at blive tilgivet?*
- *Hvilke følelser, kan du opleve, konkurrerer med lysten til at tilgive?*

I har nu delt én eller flere oplevelser med hinanden, og jeg tænker også, at mange af jer kan have det svært med at skulle tilgive et andet menneske eller at skulle blive tilgivet af et andet menneske. Jesus opfordrer os til at tilgive, hvis vi har noget imod nogen, for at også Gud kan tilgive os.

*Læs Mark 11,25 og tal efterfølgende med hinanden om de fire spørgsmål ovenover i lyset af dette bibelvers.*



## UDFORDRING OG FORDYBELSE

I Bibelen læser vi om, hvordan Peter var i tvivl om, hvor mange gange han skulle tilgive sin broder. Der er helt naturligt forskellige dybder af tilgivelse. Nogle vil endda mene, at der ikke er grund til at tilgive, hvis det handler om en situation, hvor man bare kan sige "skidt pyt", eller at det altid er det utilgivelige, der skal tilgives. Det kan være rigtig sundt at kunne sætte sine egne grænser, fordi dét at tilgive er forbundet med mange følelser. Det kan også være sundt at kunne sige højt: "Lige nu, er jeg ikke der, hvor jeg kan tilgive, det som er sket". Hellere det, end at lade som om, man tilgiver, men kun gør det halvhjertet. For er det tilgivelse? En helhjertet tilgivelse er den, du får af Jesus. Adam og Eva faldt i paradiset og spiste af frugten i haven. Konsekvenserne af det kender vi – synden, altså alt det vi gør forkert. Gud kunne have valgt at smide vores relation ud, men i stedet valgte han det modsatte. Nemlig at genskabe relationen gennem Jesu død på korset. Jesus tog din og min plads og dermed kan vi få del i Guds barmhjertige nåde og tilgivelse.

**Læs Matt 18,21-22.**

*Fortæl hinanden kort, hvordan du forstår bibelverset?*

*Er der noget, der kan ligge i vejen for at blive tilgivet eller for selv at tilgive?*

*Det som kan være i vejen for at tilgive – hvordan fjerner vi det?*

*Er det ok ikke at have lyst til at tilgive?*

*Hvad gør jeg med vreden over det, jeg har oplevet eller det, som er blevet gjort imod mig?*

## AFRUNDING

I har forhåbentligt vendt en hel del med hinanden på nuværende tidspunkt, og I er ved at være ved vejs ende af samtalen. I en situation, hvor du enten selv skal tilgive eller søger tilgivelse hos en anden, kan det tage sin tid. I indskoling og mellemtrinene husker de fleste af os nok, at drengene typisk ordnede konflikterne imellem hinanden med en slåskamp i frikvarteret, mens der imellem pigerne ofte skulle vendes en hel del følelser og tanker over en længere periode, før de igen kunne være venner.

Jo ældre vi er blevet, desto mere har vi erfaret, at tilgivelse kan tage tid. Men når begge parter af en konflikt når frem til fred, forligelse og tilgivelse, så opstår der noget meget smukt. Nemlig kærligheden.

I en tilgivelsessituation kaldes det også for forsoning. At man nu kan fjerne nogle uoverensstemmelser mellem hinanden, igen blive gode venner og se hinanden i øjnene. Som I læste sammen fra 1. Joh 4,10, så består kærligheden

netop ikke i, at vi har elsket Gud, men i at han har elsket os og sendt sin søn som en stedfortræder for al vores synd og skam.

*Hvordan bliver vi bedre til at tilgive?*

*Hvilken betydning har det for dig, at Jesus er vores stedfortræder?*

Afsluttende bøn:  
*Afslut gerne jeres samtale med at bede til Gud.*

