



Lys i mørket (andagt)

Mål

- At få kristendommen ind gennem kroppen
- At erfare betydningen af, at Jesus er "lyset i mørket"

Forløb

Konfirmanderne møder altid i kirken kl. 7.50. Der er tændt lys på altret, og det er det eneste lys, der vil være i kirken igennem de 8 måneder, hvor 7. klasse går til konfirmandundervisning. Det betyder, at vi i de mørke måneder sidder i bælgravende mørke med fokus på "det lys midt i mørket", som stearinlysene på altret kaster af sig.

Vi begynder med at synge en salme, beder fadervor, siger trosbekendelsen i fællesskab, hvorefter jeg genfortæller/dramatiserer den kommende søndags evangelietekst. Herefter holder vi stilhed. Vi øver os i at lukke tanker og morgenstress ud af hoved og krop. De får lidt hjælp til, hvad de kan bruge denne ro til, f.eks. bede, tænke på det, jeg har fortalt eller blot sidde og lad tankerne flyve.

I begyndelsen af forløbet er det en svær kunst for de fleste, og derfor sidder vi i starten kun stille i meget kort tid, men gradvist bliver de fortrolige med dette "nye" at være stille med sig selv, sine tanker og måske vor Herre, så vi efterhånden kan sidde i 10-15 minutter. I de mørke måneder, hvor vi venter på, at lyset udenfor tager til, sidder vi indimellem hen imod en ½ time.

Overskriftsagtigt sagt er kernen i min undervisning: fortælling/drama i et samspil med spiritualitet/stilhed, ritual og evangelium med kirkerummet som ramme.

Se video om at arbejde med stilheden - [klik her](#)

Arbejdsmetode

- Meditativ
- Andagt

Tekster

- Kommende søndags tekst

Varighed

10-30 minutter

Diverse

Udarbejdet af Carsten Marvig, Storring-Sjør sogn