



Se op mod himlen

Mål

At reflektere over, at Gud altid er med os - også selvom man ligger på gulvet og føler sig forladt og alene

Forløb

Se musikvideoen af Sofia Hedia - [klik her](#). (Musikvideoen er lavet til KFUM og KFUKs festival for unge i Hjørring 2013)

Refleksion

Der er så meget i livet, der kan gå os på, og der er så meget, vi gerne vil, men som vi ikke altid når. Det er en svær erfaring, for det stemmer ikke altid overens med det liv, vi synes, vi bør leve.

Sofia Hedia synger i sangen, at alting har sin tid, og at der også er en tid til at ligge på sit gulv. Når vi ligger på gulvet, er vi helt dernede, hvor vi ikke kan komme dybere ned. Og derfra, fra det dybe, kan vi føle os helt alene i verden. Så alene, at vi begynder at frygte, at selv Gud heller ikke er der.

Jesus råbte på korset den dag, han blev korsfæstet: "Min Gud, Min Gud, hvorfor har du forladt mig." Og vi råber også fra gulvet: "Min Gud, Min Gud, hvor bliver du af?"

Aktivitet

Konfirmanderne skal udenfor. Bed dem ligge sig på græsset under himlen (brug evt. et tæppe eller en jakke at ligge på, hvis græsset er vådt). De skal ligge sig med god afstand til hinanden og kigge op mod himlen.

Konfirmanderne skal i stilhed - mens de mærker jordens fasthed og hårdhed, mens de ser mod himlen, dufter og lytter til naturen - tænke over situationer, hvor de har følt, at de lå på jorden eller bogstaveligt med tårer i øjnene har smidt sig på jorden og måske ikke kunne komme op, fordi de følte sig alene og forladt.

Lad konfirmanderne ligge og tænke i stilhed i fem minutter.

Lav til sidst en kort opsamling, hvor du fortæller, at på samme måde som jorden lige nu bærer konfirmanderne, bærer Gud dem også! De kan føle sig forladt og alene når de ligger på jorden eller i frustration over livet har smidt sig på jorden, men de bæres af Gud – og Gud ligger ved siden af dem!

Igennem hele livet – fra vi fødes og til vi dør - uanset om vi tænker over det eller ej,

bliver vi båret af andre: forældre, venner, kæreste, Gud. Vi er også selv med til at bære andre og hjælpe dem op fra jorden – helt automatisk og uden at tænke over det.

Hvor mange af konfirmanderne får ikke en hånd til at komme op fra jorden igen??

Arbejdsmetode

Fortælling, aktivitet

Tekster

Luk 24,13-35 - Emmausberetningen

Du kan også bruge denne genfortælling af Emmausberetningen –[klik her](#)

Forberedelse

Sørg for, at I kan se og høre musikvideoen

Varighed

20 minutter

Diverse

Ide: Mona Solsø og Anni Albæk, KFUM og KFUK