

## Jesus blev levende igen

Del	Uddybning
Icebreaker	Lav en "hang man" hvor deltagerne skal gætte ordene: "Jesus lever" i første runde og anden runde: "Graven er tom"
Sange og bøn	Forslag sange: <i>På Golgata stod der et kors</i> (SM 101) og <i>Han er opstanden</i> (SM 104) <i>Blodet som randt</i> (FS 12) og <i>Genopretter</i> (FS 53)
Forkyndelse	Tekst: Matt 28,1-10 Pointer du gerne skal have med: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Døden har ikke det sidste ord</i></li> <li>- <i>Vi skal ikke være bange, når vi tror på Jesus</i></li> <li>- <i>Stenen blev væltet fra, så vi kan komme ind (kun ♥♥ og ♥♥♥)</i></li> </ul>
Inputs	Film klip fra "The Bible Series" omkring opstandelsen. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=TikWatDJGuk">https://www.youtube.com/watch?v=TikWatDJGuk</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=-M8Yesnt1V8">https://www.youtube.com/watch?v=-M8Yesnt1V8</a>
Aktivitet	Bjørnen sover
Afsluttende bøn	Husk at få bedeemner fra deltagerne og snak om, hvorfor det er vi beder.

### Icebreaker

Formålet er lige at komme lidt ind på hinanden og få startet med et grin og en lille hyggelig leg.

### Sange og bøn

Du ved som leder, hvilke sange dine deltagere kender. Vi har i skemaet herover foreslået to sange fra henholdsvis Syng Med (SM) og Fællessang (FS).

Det er en god ide at bede for aftenen, inden I går videre.

### Inputs

Tanken med inputs er, at de skal være en lille pause/break i forkyndelsen. De hjælper derved med at fastholde tilhørernes opmærksomhed, så forkyndelsen ikke bare bliver én lang enetale fra din side af.

### Aktiviteter

Aktiviteten er til for at få deltagerne i gang, særligt til dem som har svært ved at sidde stille eller har brug for noget konkret at hænge forkyndelsen op på.

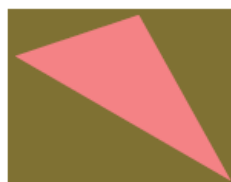
*NB: Nogle gange kan man med fordel lægge aktiviteten som en del af forkyndelsen og bruge den aktivt i selve forkyndelsen.*

### Afsluttende bøn

Bøn er omtalt som det stærkeste våben i den kristne værktøjskasse, og det skal bruges. Det er vigtigt at få deltagerne på banen her, måske i forhold til at bede højt eller lignende. Find evt. inspiration til forskellige bønformer i IMUs folder [15 livliner](#). Del bedeemner, så det kan blive en vane at lægge ting i ens liv og gerne hele livet over i Guds uendeligt stærke hænder.

### Sværhedsgrader – forskellige målgrupper

På de følgende sider er der forslag til forkyndelse, som er markeret med ♥, ♥♥ og ♥♥♥. Det er op til dig som leder at vurdere, hvilken forkyndelse, der passer bedst til dine tilhørere.





**Sværhedsgrad: ♥**

Begynd med at genfortælle/visualisere teksten.

## Genfortælling af teksten

Jesus døde langfredag, og nu var det så blevet søndag. Maria Magdalene og Maria var på vej ud til graven for at se Jesus og for at salve hans krop. Grunden til, at de ikke havde gjort det om lørdagen var, at det var sabbat, og der må jøderne ikke arbejde. Ifølge deres regler må de næsten ikke lave noget.

Inden Jesus døde, havde han sagt, at han ville stå op fra graven den tredje dag. Søndag var den tredje dag, men det tænkte Maria og Maria ikke over. De var simpelthen alt for kedede af, at Jesus var død og glemte helt at tænke over, hvad det var, han havde sagt til dem, inden han døde.

Mens de er på vej ud til graven, kommer der et kæmpe jordskælv. En engel kommer ned fra Himlen, vælter stenen væk fra Jesu grav og sætter sig på stenen. Der stod nogle soldater ved Jesu grav, og de besvimer ved synet af englen. Så siger englen til Maria og Maria: "Jeg ved, at I leder efter Jesus, men han er ikke i graven længere, han er opstået, ligesom han sagde. Prøv og se ind, han er ikke i graven længere. Skynd jer og fortæl hans disciple om det, I har set."

Maria og Maria skynder sig væk fra graven. De er både helt vildt glade og helt vildt bange, det er jo en voldsom oplevelse. Mens de er på vej væk fra graven, kommer Jesus hen imod dem og siger: "Godmorgen." Maria og Maria kaster sig ned foran Jesu fødder og tilbeder ham. Så siger Jesus: "Frygt ikke, men gå hen og sig til mine brødre (disciplene), at de skal gå til Galilæa. Der skal de møde mig."

***Hvordan mon Maria og Maria havde det i løbet af det, de oplevede her?***

***Er der nogle spørgsmål til teksten? Hav gerne selv læst Matt 28,1-10 inden.***

## Fokus 1: Døden har ikke det sidste ord

Jesus opstod helt rigtigt, han vandt over døden. Døden kunne ikke holde på ham. Jesus opstod i kød og blod, det vil sige hele hans krop.

Jesus vandt over døden og det betyder også, at vi har vundet over døden, og at livet ikke slutter, når vi dør på den her jord.

***Er der nogle personer, som I glæder jer til at se på den nye jord?***

***Del meget gerne selv noget om en person, som du glæder dig til at se på den nye jord.***

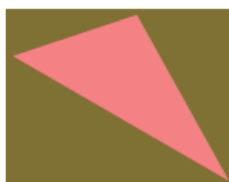
## Fokus 2: Vi skal ikke være bange, når vi tror på Jesus

Døden kan godt være skræmmende. Hvor er de døde henne? Hvad sker der med dem? Hvornår skal jeg dø? og mange andre ting.

***Hvad synes I er mest skræmmende ved døden?***

Når vi tror på Jesus, behøver vi ikke være bange. Ligesom Jesus sagde til Maria og Maria, så siger han det samme til os: "Frygt ikke."

***Gør det rigtig tydeligt, at Jesus har vundet, og at vi er med på "Hold Jesus", når vi tror på ham. Og "Hold Jesus" vinder altid!***





# BREAK



**Sværhedsgrad: ♥♥**

Begynd med at læse eller genfortælle teksten.

## **Fokus 1: Døden har ikke det sidste ord**

Først starter vi med at få slået det vigtigste fast. Hele den kristne tro er bygget op omkring Jesu opstandelse. Uden opstandelsen er kristendommen ingenting. Det fede ved det er, at det ikke kun er Jesus, der stod op fra de døde, og at det var en engangsbegivenhed. Det har nemlig også betydning for os 2000 år efter. Det betyder nemlig, at døden ikke har det sidste ord i vores liv.

*Er der nogle personer, som I glæder jer til at se på den nye jord?*

*Del meget gerne selv, hvem du glæder dig til at se på den nye jord.*

## **Fokus 2: Vi skal ikke være bange, når vi tror på Jesus**

Nogle gange kan man godt tænke over, hvad der sker, når folk dør. Her kommer Jesus os til trøst, når han siger: "frygt ikke". Vi kan blive nervøse over de ting, vi ikke forstår. Vi ved ikke, hvor folk kommer hen, og hvor de er lige nu. Her må vi tro på, at Jesus har styr på det og mener hvert et ord. Når han siger: "Frygt ikke", så siger han også: "bare rolig, jeg har styr på det". Det er det bedste ved at være kristen. Vi må vide, at Jesus har styr på det, og at han hjælper os, når det er svært, eller der er noget, vi ikke forstår.

Uanset hvad der sker, og hvad vi oplever i vores liv, så har Jesus besejret det. Det kan godt være svært ikke at blive bange, når vi ser alt det onde, der sker i verden. Folk der bliver dræbt, der er krig, familier bliver ødelagt, mobning, vold og meget mere. Det kan virkelig være svært at tro på, at Jesus har besejret det onde, men vi må vide, at når vi tror på Jesus, så har vi ikke noget at frygte, og vi kan se frem imod et evigt liv sammen med Gud, hvor alt skal blive godt.

*Hvornår har I sidst været bange? Hvornår har du sidst været bange?*

*Hvad gjorde I, da I var bange? Fortæl meget gerne om, at Jesus hjælper os med ikke at være bange, og at han hjælper os og svarer, når vi beder til ham.*

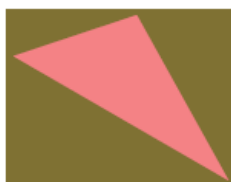
## **Fokus 3: Stenen blev væltet fra, så vi kan komme ind**

Som det stod i teksten, så kom englen og væltede stenen fra graven. Det var egentligt ikke nødvendigt at vælte stenen fra, for Jesus kunne sagtens opstå alligevel.

*Hvorfor tror I, at stenen så skulle væltes fra?*

Det skulle den, for at vi kan komme ind og se. Englen siger også: "Kom og se stedet hvor han lå." Han gjorde det, så disciplene kunne komme ind og se, at han virkelig er opstået, og at han virkelig har besejret døden.

Jesus ønsker også, at vi skal komme ind og se det sted, hvor han lå, men ikke ligger længere. Han ønsker, at vi får lov til at opleve den glæde og den fred, som han kan give os, hvis vi tror på ham. Det kan vi blandt andet få lov til, når vi er sammen med andre kristne, når vi læser i Biblen eller beder en bøn.





**Sværhedsgrad: ♥♥♥**

Begynd med at læse teksten.

### **Fokus 1: Døden har ikke det sidste ord**

Denne tekst er inde ved det helt centrale ved den kristne tro. Hvis ikke Jesus er stået op fra de døde, så "er vi de ynkværdigste af alle mennesker." (1 Kor 15,19), for så bygger vi hele vores liv på en løgn. Som kristne tror vi på, at Jesus virkelig stod op fra de døde. Altså blev fysisk levende igen – ikke blot som en ånd, men som et helt menneske. Måske har du hørt dette mange gange før, men tænk lige en ekstra gang over, hvad det betyder for dig.

**Se denne [video](#), og snak om, hvad I mener om de beviser, som den kommer med.**

### **Fokus 2: Vi skal ikke være bange, når vi tror på Jesus**

Hvordan mon kvinderne havde det, da de så englen, den tomme grav og Jesus i levende live? De har garanteret været bange, og det bekræfter både englen og Jesus da også med deres "frygt ikke" (v. 5 og v. 10). Det er vel ikke mærkeligt, at de var ude af dem selv, men når vi tror på Jesus, så er der ikke grund til frygt.

**Læs Luk 24,36-43.**

Også disciplene blev bange, da de så Jesus (v. 37), men frygten blev vendt til glæde (v. 41). Læg mærke til, at denne tekst også understreger Jesu fysiske opstandelse – han spiser et stykke stegt fisk (v. 42-43).

**Hvad kan man gøre, når man bliver ramt af frygt? Læs evt. Sl 27,3 og snak om, hvordan salmisten kan skrive, som han gør. Kan vi opleve samme fred? Hvordan?**

### **Fokus 3: Stenen blev væltet fra, så vi kan komme ind**

Forfatteren Max Lucado skriver i *Han flytter stadig sten*:

"Hvorfor væltede englen stenen fra? For hvem væltede han den bort? For Jesus? Det er, hvad jeg selv altid har troet. Jeg troede bare, englen væltede stenen fra, så Jesus kunne komme ud. Men tænk over det. Var det nødvendigt, at stenen skulle fjernes, for at Jesus kunne komme ud? Havde Gud brug for hjælp? (...) Det tror jeg ikke. (...) Stenen blev flyttet – ikke for Jesus – men for kvinderne, ikke for, at Jesus kunne komme ud, men for at kvinderne kunne se ind." (s. 48)

Jesus var ikke begrænset af en sten. Den blev flyttet, så vi kunne komme ind. Kvinderne og vi får lov at se, at Jesus er blevet levende igen!

Hvorfor? Fordi vi skal gå med budskabet, så mennesker kan høre om det og komme til tro. For troen kommer af det, der høres (Rom 10,17).

**Hvorfor skal vi fortælle mennesker om Jesus? Snak om, hvem I hver især skal dele troen på Jesus med. Vær konkrete og skriv navnene ned på personerne.**

**Bed for disse mennesker, når I beder til slut.**

