

A photograph of a lighthouse on a rocky cliff at dusk. The lighthouse is illuminated, and its light is visible. The sky is a deep blue, and the sea is visible in the background. A stone walkway leads up to the lighthouse.

# LIVSKÅRT<sub>3</sub>

VANDRING OG VEKST

SINDRE VÆRNES

# LIVSKART<sub>3</sub>

VANDRING OG VEKST

Arbeidsbok

SINDRE VÆRNES

engage  now

LivsKART 3 – VANDRING OG VEKST – Arbeidsbok (ebok)

Copyright © 2023 Sindre Værnes

Alle rettigheter forbeholdes.

Omslag: Sindre Værnes

Omslagsfoto av William Bout via Unsplash

Illustrasjoner: Sindre Værnes

2. utgave 2023

Engage Now

[info@engage-now.net](mailto:info@engage-now.net)

<https://www.engage-now.net>

# Innhold

Innledning	5
Hjertesaker	7
Trygghet	8
Identitet	10
Tilhørighet	12
Hensikt	13
Kompetanse	15
Lukas 2:52	17
Tenkenivå	21
Induktiv tenking	23
Tjenestegavene	25
Åndens gaver	27
Opprinnelig design	28
Glødende kull	29
Skriftsteder	31
Profetiske ord	33
Jeg tror	35
Støtteindikatorer	37
Esekiel 1	39
Karakterindikatorer	41
Guds fulle rustning	45
Modning/Fylde	47
Relasjoner	49
2 Peter 1:5-7	51
Min tidslinje	53
Min slekt	56
Visjonserklæring	58
Misjonserklæring	59
Guds leire	61

# Innledning

Livsglede er en del av vår sanne arv. Du og jeg eksisterer for å vandre sammen med Skaperen i skaperverkets sammenheng. I ånd, sjel og legeme skulle vi erfare Guds godhet og selv reflektere den gjennom våre liv.

Hvor langt vi har kommet fra Guds opprinnelige plan er nok vanskelig å forstå. Vi fatter nok ikke smerten Gud kjenner når han ser mennesker gå bort fra velsignelsen han har gjort klar. Han skapte oss til å være sønner og døtre. Alle kalles inn i og tilbake til Guds hensikt. Hele skaperverket lengter etter forløsning.

I vår forløsning ligger også skaperverkets forløsning. Dermed blir vår vandring og vår vekst sentrale i Guds hensikt. Han lengter etter at hver av oss skal stige inn på Livets vei og hjelpe å kalle andre inn i Guds rike. Vi skal være verdens lys. Det er ikke et lite kall vi har fått, men dette var Jesu ord til sine etterfølgere. Dermed blir det klart at vi må finne våre liv i ham alene. Han er det sanne lys.

Skriften er så full av fortellinger om menneskers vandring og det unike med hver eneste en. Gud tar oss alle på en livsvandring som er tilpasset vår vekst og vår arv. Når vi søker å identifisere rammeverk, paradigmer, og verktøy for å forløse denne Guds hensikt, må vi dermed vokte oss slik at vi ikke gjør annet enn å tilrettelegge for Guds verk. Det er helt klart at det menneskelige samfunnet spiller en vesentlig rolle i vår utvikling. Skriften er full av Guds veier, så vi har mye solid grunn å stå på. Samtidig er det unike

ved livsreisen at den er relasjonell, organisk og dynamisk.

Mennesker er ikke institusjoner med ytre form, men åndelige vesen som skal vekkes opp og forløses i sine unike uttrykk på alle plan; ånd, sjel og legeme. Vi må forvente denne fyllden i våre egne liv og sikte på å forløse dette indre livet i tro, håp og kjærlighet, til velsignelse for mange og til Guds ære.

Målet med det du får i denne arbeidsboken er å gi hjelp på veien til vekst og forløsning. Den eneste veien til Livet er Jesus. Han er Frelseren og den som istandsetter. Skriften sier at i ham blir vi en ny [gresk:kainos] skapning. Dette ordet kan knyttes til ordet som brukes for frelse [gresk:sozo] som betyr å gjøre hel eller frisk. Kainos betyr å bli fornyet, eller å bli frisk, altså istandsatt. Det momentane i frelsen er så vesentlig, men mesteparten av det nye livet handler om vandring og vekst. Der finner vi gleden, freden, rettferdigheten og kraften. Der blir vi forvandlet ved at våre sinn forandres. Vi lærer altså å tenke Guds tanker. Jesu kall til sine samtidige var nettopp dette: «Omvend dere!» [gresk:metanoeo] eller bokstavelig talt «tenk andre tanker». Da skal vi få kjenne Guds vilje og vandre etter den. Paulus sa flere ganger at han hadde vandret med en ren og uplettet samvittighet. Denne Guds vilje legges altså ned i oss og forløses gjennom vår vandring i tro til ham.

Som tittelen på serien LivsKART viser til er det snakk om en oversikt, et kart over et terreng. Denne arbeidsboken kan brukes på livsreisen, igjen og igjen. Her finner du en

rekke enkeltverktøy som kan hjelpe deg å vokse på ulike områder. Du kan starte fra begynnelsen, hoppe over deler og gå tilbake til seksjoner når du er klar til det. Målet er at du skal kunne bruke det til å oppdage mer av Guds perspektiv for ditt liv. Du finner også muligheter til å oppsummere litt, for det er viktig.

Et hovedpremiss bak LivsKART-serien er at Gud er opprinnelsen til alt og at hans gjenopprettelse også omhandler alt, altså hele skaperverket. Dermed blir det vi snakker om altomfattende. Det handler ikke bare om bruddstykker av livet, men selve livsfundamentet. Alle tanker skal kunne bygges på Guds fundament. Jesus erklærte at Guds rike var kommet, og når det fødes inn i oss, så fødes vi også inn i det. Dermed får vi en helt ny kilde til liv. Samfunnet var Guds ide, og vi får lære hvordan Guds samfunn ser ut. Han lærer oss sine veier og hvordan vi kan vandre på dem i en verden som er full av mørke. Han lærer oss også at når vi gjør dette så kan han velsigne oss, støtte oss og i alt være en klippe å stå på.

La dette være en hjelp til vekst. Ikke begrens deg til det du finner her, men bruk det og bygg videre. Velsigne andre med det du lærer. Gjør disipler mens du vandrer din vei. La samfunn og nasjoner bli velsignet av Livet som strømmer gjennom deg. Jesus har alltid visdom og kraft tilgjengelig.

Ta ikke lett på kallet han har gitt deg. Du skal istandsettes i det indre først, men Gud bruker av hele sin visdom når han leder veksten. Han gjenoppretter og bygger samtidig som du også får være en velsignelse.

Sett dine øyne på ham som er opprinnelsen, alfa og omega.

# Hjertesaker

Det er noe nesten paradoksalt med overføringen av det aller viktigste. Ofte tenker vi at dess mer rasjonelt og 'håndfast' vi kan få det, dess bedre blir kvaliteten på resultatet. Slik er det ikke alltid. Et lite barn lærer hvor det er trygt når det er i en atmosfære som er trygg. Små barn er ikke mer rasjonelle enn at de mottar mye via sanser og følelser. De har også en ånd som er levende. Dermed ender de opp med å bli formet av den realiteten de vokser opp i. Har vi ikke hørt følgende? «Gjeringene dine roper så høyt at jeg ikke hører hva du sier.» Slik ser Gud oss også. Han ser det som er ekte i våre liv, på godt og på vondt.

Vi får i realiteten svar på spørsmål vi ikke har stilt. Eller sagt på en annen måte: Vi formidler innhold gjennom våre liv som blir svarene på livets viktigste spørsmål. Det er vel verdt å bruke litt tid på.

Hva er de da? Disse spørsmålene? Vi stiller dem jo etter hvert. På de neste sidene kan du reflektere over dem. De er som følger:

Hvor er jeg trygg?

Hvem er jeg?

Hvem vil ha meg?

Hvorfor er jeg her?

Hva er jeg flink til?

Sagt med andre ord;

Trygghet

Identitet

Tilhørighet

Hensikt

Kompetanse

Disse danner en base for våre liv. Er de godt besvart gir det grunnlag for et fruktbart liv. Mange andre spørsmål besvares som følger av disse. På de neste sidene kan du reflektere over dette.

# Trygghet

## Hvor er jeg trygg?

**Definisjon:** Beskyttelse, trygghet fra farer. Frihet fra frykt. Det som beskytter eller trygger fra fare.

Dette er et helt grunnleggende element i våre liv. Identitet, vekst og utvikling bygger på denne grunnsteinen. Her kan du reflektere over trygghet i ditt eget liv.

Hvor har jeg min trygghet?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Hva har påvirket meg i min opplevelse av trygghet?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Hvor ønsker jeg å ha min trygghet?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Hvilken trygghet gir jeg til andre?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



Mine tanker om hvordan min fortid har formet mig på dette området. Finnes det røtter i ånd, sjel eller legeme?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





# Tilhørighet

## Hvem vil ha meg?

**Definisjon:** Å høre til eller å høre sammen med. Å være del av.

Hvor har jeg min tilhørighet?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Gir min tilhørighet en positiv styrke?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Modner jeg i forhold til min sammenheng?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Hva skal min sanne tilhørighet være?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# Hensikt

## Hvorfor er jeg her?

**Definisjon:** Det en person setter foran seg som mål å bli nådd eller oppnådd; dit blikket rettes; formål, tanke, mål, plan.

Kjenner du din hensikt? Gud har lagt det ned i oss alle, både i generell mening og individuell mening.

Hvorfor eksisterer jeg?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Hvilke området har jeg entusiasme på? Entusiasme kommer fra «en Theos», i *Gud*, og henseiler på det han har lagt ned i oss.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Når kjenner jeg at hele mitt vesen lever?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Blir jeg drevet av hensikt, eller finner jeg livskraft på et dypere plan?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Er livet jeg lever nå funnet i Jesus alene, eller lever jeg for meg selv?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# Kompetanse

## Hva er jeg flink til?

**Definisjon:** Noe en er tilstrekkelig dyktig til, noe en er kvalifisert til. Et uttrykk for summen av et menneskes evner, talent, lidenskap og gaver.

Hva er jeg flink til?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Hvor har jeg naturlige gaver?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Hva er mine talent?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Hva har jeg lært?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Hva trenger jeg å lære?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Vokser jeg på alle områder? (Karakter, evner, kunnskap, forvaltning, sosialt, visdom, åndelig)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Hvilke interesser har jeg?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



# Lukas 2:52

Jesus sa «Følg meg». Skriften lærer oss at våre liv er skjult i Ham. Han er vår læremester og vårt eksempel. I ham er vi også satt til å lyse i denne verden. Som menneske måtte også Jesus gjennom en prosess for å ta i eie sin arv. Et av rammeverkene for Jesu vekst og utvikling er gitt i Lukas 2:52. «Og Jesus gikk fram i visdom og alder og i velvilje hos Gud og mennesker.» Det foregikk modning og vekst, hvor Jesus stadig lærte å forvalte mer av sitt liv. Denne veksten er en helt naturlig del av våre Gudgitte liv. Vekst åpner opp for den relasjonelle dynamikken som også kalles disippelskap. Et menneskes arv i Gud er et enormt potensiale. Vekstfasene er noe vi alle er kjent med. Vi starter som hjelpeløse nyfødte spebarn og får der muligheten til å bli alt Gud hadde til hensikt. Guds hensikt. Derfra vokser vi i vår barndom inn i ungdomstiden og blir så regnet som voksen. Alder brukes ofte for å bestemme hvilken fase vi er i fordi vår biologiske utvikling generelt sett er ganske lik. Det Skriften legger vekt på er derimot den utviklingen som skjer i vårt indre, i våre sjelelige og åndelige kapasiteter. Disse er også individuelle og vårt potensiale er dermed unikt relatert til hver enkelt person.

Lukas 2:52 ser på de fire fasettene som er nevnt; visdom, alder (fysisk), velvilje hos Gud (åndelig) og mennesker (sosialt). Selv om en naturlig nok har overlappende områder, så er det stor nytte i å se på hvordan sannheten får prege våre liv på hvert av områdene.

Vi skal se på noen elementer innenfor hvert område. De er på ingen måte uttømmende. For hvert element kan vi evaluere og vurdere

hvilken modenhetsgrad vi har og til slutt ende opp med et bilde av hvordan situasjonen kan se ut på et gitt tidspunkt. Dette kan brukes til i disippelgjøring, både til å forstå styrker og svakheter. Gjennom en oppvåkning, kan vi erkjenne dette, omvende oss og jobbe med å erstatte svakhet med styrke gjennom Den hellige ånds fortsatte virke og helliggjørelse.

Figuren under viser hvordan vi alle starter som små uskyldige nyfødte. Da er vi hjelpetrengende! Så utvikles vi og vokser, noe som tar oss gjennom faser i livet. Målet er modenhet.

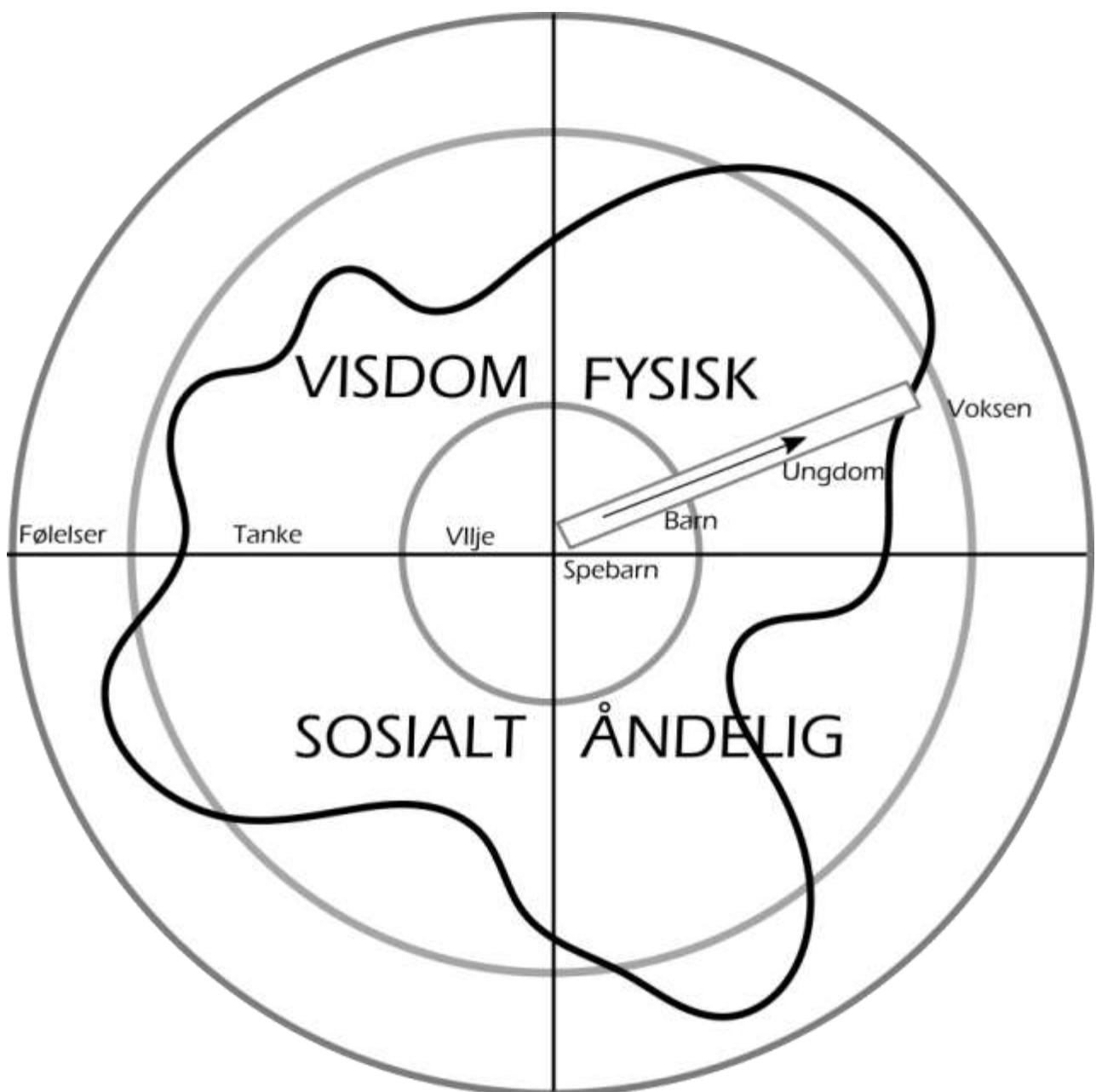
- ▲ **Voksen** (Vedvarende og pålitelig - Ansvarstakelse)
- ▮ **Ungdom** (Uferdig og ukomplett - Ansvarliggjørelse)
- ▮ **Barn** (Grunnleggende ferdigheter - Forberedelse til ansvar)
- **Spebarn** (Trenger hjelp til alt - Ikke ansvarlig)

Selve øvelsen består i å gå gjennom utsagn eller spørsmål som hjelper deg å konkretisere områdene. For hvert av disse kan du, enten alene eller sammen med andre, evaluere din modenhet. I lys av definisjonen av de ulike modenhetsgradene, evalueres spørsmålene og utsagnene med den tallverdi som representerer hvor du er på det gitte tidspunktet. 0 betyr umoden og ikke i stand til å ta ansvar, mens 12 representerer fullmodenhet og evne til å fullt ut ta ansvar. Den endelige illustrasjonen er ment å vise hvor du faktisk har inntatt «land» i ditt eget

liv, ikke bare hvor du har ønske om og vilje til å gjøre det. Det representerer karakterstyrke. Har du for eksempel avhengigheter så er det noe man ikke hersker over selv. Da må man regnes som et spebarn og trenger hjelp fra andre. Både umodenheter og avhengigheter er uheldige for vår utvikling. De blir åpne dører hvor fienden også får tilgang.

Områder hvor vi må være bevisste og bruke disiplin for å ta rette valg er potensielle bakdører. Der vi allerede har gode vaner står vi ofte sterkere.

På illustrasjonen under viser linjen som går gjennom de fire områdene hvor langt vi har kommet inn på hvert av dem. Du kan se at denne personen har god forvaltning i sitt fysiske liv, kanskje med noen svakheter på hver side. Sosialt og åndelig ser vi store styrke, men også noen svakere områder som nok trenger styrking. Lignende ser vi når det gjelder visdom. Lite utviklede områder kan være slike svakheter som gjør at vi ikke kommer oss videre. Det kan vi gjøre noe med!



## **Visdom**

1. Jeg opplever at det er enklere å ta steg i tro på områder der det før var vanskelig.
2. Når jeg får ny innsikt og visdom ønsker jeg å rette meg etter dette.
3. Jeg verdsetter visdom høyere enn verdens kunnskap.
4. Jeg er bevisst at Guds visdom er anvendelig på alle livets områder.
5. Jeg vokser stadig i å kunne skille godt fra ondt.
6. Andre mennesker søker å lære visdom fra meg.
7. Skriften er en hovedkilde til sann visdom.
8. Visdom er noe jeg hele tiden vokser i.
9. Jeg har stor gudsfrykt i mitt liv.
10. Jeg søker alltid å velge visdommens vei.

## **Fysisk**

11. Grunnen til at jeg tar vare på mine eiendeler er fordi jeg ønsker å ære Gud med dem.
12. Jeg ser meg selv som en forvalter av hele mitt vesen, også mitt legeme.
13. Fordi mitt legeme er tempelet til Den hellige ånd, tar jeg vare på det.
14. Gud skapte det naturlige og materielle. Jeg kan uttrykke Guds rike ved å forvalte det.
15. Jeg leser Skriften, også for å lære hva den sier om materiell forvaltning.
16. Nasjoner som ikke forstår eiendomsrett er ikke fungerende samfunn.
17. Jeg kjenner det i min samvittighet når jeg ikke forvalter det som er mitt på en god måte.
18. Materialisme er å gjøre en avgud av ting og menneskeverk.

19. Det gjør vondt å se andre være dårlige forvaltere av sine eiendeler.

20. Jeg er bevisst på at alt materielt forvalterskap har et åndelig og sjelelig fundament.

## **Åndelig**

21. Jeg er klar over forskjellen mellom å være lei seg og sann omvendelse.
22. Det er enkelt å høre Guds stemme innenfor alle livets områder.
23. Når jeg opplever ting i livet er jeg alltid bevisst den åndelige dimensjonen.
24. I mitt forvalterskap er jeg bevisst at alt har sitt utspring i det åndelige.
25. Jeg søker stadig å vokse i mitt åndsliv.
26. Når jeg kjenner kamp i mitt liv er jeg bevisst på å identifisere eventuelle åndelige komponenter i det som skjer.
27. Fremskritt og vekst i eget liv og når det gjelder arven i Guds rike skjer først gjennom et aktivt åndsliv.
28. Min tro vokser sterk når jeg aktiviserer min ånd sammen med sjel og legeme.
29. Jeg er rask til å omvende meg når jeg kjenner Åndens overbevisning.
30. Jeg kjenner en høy grad av renhet i min ånd.

## **Sosialt**

31. Jeg har gode rammer og grenser i mine relasjoner.
32. Jeg søker tilregnelighet for å vokse i mine relasjoner.
33. Jeg viser respekt for mennesker som står meg nær, uansett hvem det er.
34. Mine relasjoner til mennesker av begge kjønn er rene og sunne.

35. Jeg søker forlikelse og vekst der det er mulig.

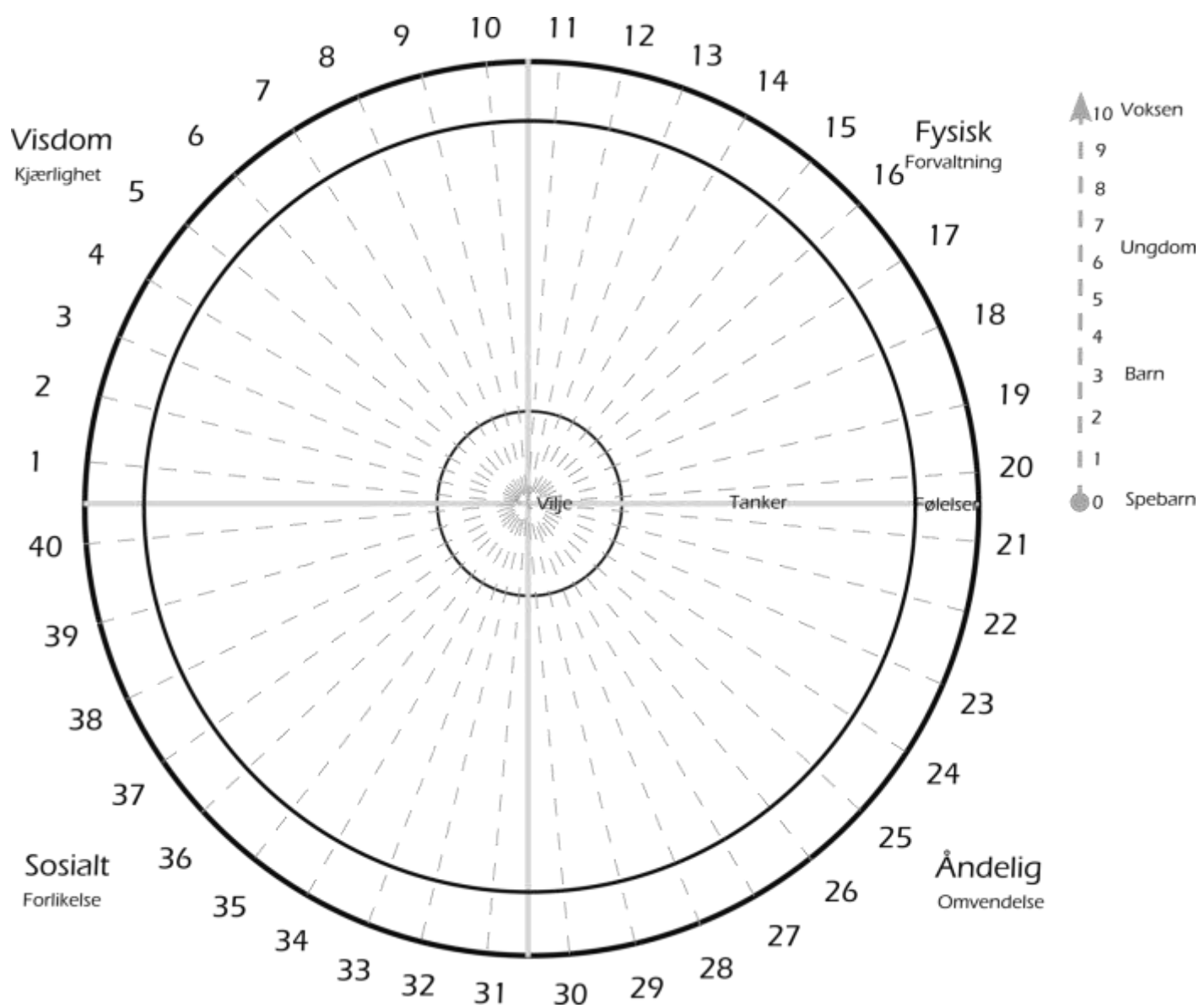
36. Jeg er trygg på meg selv i forhold til andre.

37. Det er uproblematisk for meg å tale sannhet i kjærlighet.

38. Jeg konfronterer når det er nødvendig og søker gjenopprettelse.

39. Når jeg selv blir såret kan jeg ta nødvendige prosesser som fører til vekst og styrke.

40. Jeg har god evne til å skille mellom gode og dårlige relasjoner.



# Tenkenivå

I ulike situasjoner vil en operere på forskjellige tenkenivå. Det er likevel nyttig å finne ut hvor dypt en selv vanligvis går.

Tenkenivå handler om hvilke nivå av modenhet og forståelse man er i stand til å bevege seg på.

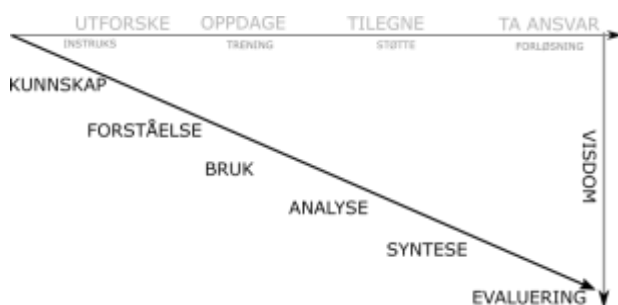
Skriften fremlegger tydelig at det å vokse i evnen til å dømme mellom godt og ondt (evaluere) er en sentral del i Guds hensikt.

Med vekst og alder er vi også ment å modnes i dette. Dette handler om å innta arv eller et territorium.

Det finnes vel neppe noe mer givende enn å vokse i forståelsen av Guds veldig skaperverk og hans eget vesen.

Sann innsikt fører også til tilbedelse, som igjen setter oss i stand til å se nye ting klarere. Dermed kan innsikt, åpenbaring og nyskapning gå hand i hand.

Vi vokser til dypere tenkenivå ettersom vi investerer oss selv på ulike områder. Dette fordrer nysgjerrighet og vilje til å oppdage det nye.



**Øvelse:** Ta deg tid og les nøye gjennom de ulike beskrivelsene nedenfor. Evaluer deg selv. Dess høyere tall, dess sterkere er du.

## Informasjon/kunnskap

Jeg liker å skaffe meg informasjon og kunnskap, ting som lett kan bli husket og tilbakekalt.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Forståelse

Jeg kan lett gjenfortelle et problem med mine egne ord. Jeg forstår lett meningen, oversettelsen, interpoleringen og tolkningen av instruksjoner og problemer.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Bruk

Jeg kan enkelt bruke et konsept i en ny situasjon eller bruke abstraksjoner uoppfordret. Dette gjelder både klasserom eller nye situasjoner på arbeidsplassen.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Analyse

Jeg er god til å skille et gitt materiale eller konsepter i enkeltdeler, slik at måten det er strukturert på kan forstås. Jeg skiller raskt mellom fakta og avledninger.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

### Syntese

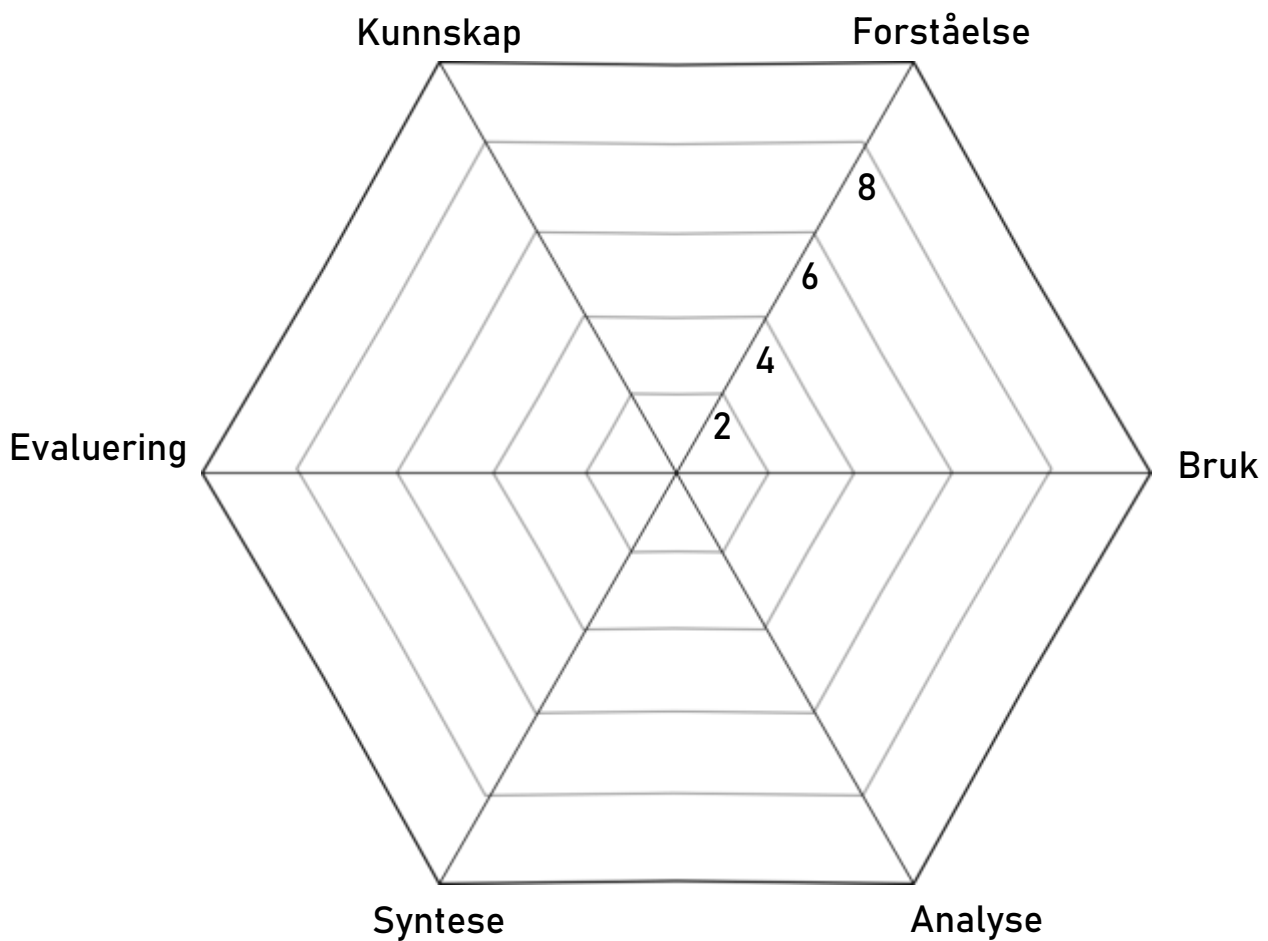
Jeg er god til å bygge en struktur eller et mønster fra ulike elementer. Det ligger for meg å sette sammen deler for å danne en helhet med vekt på å skape en ny mening eller struktur.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

### Evaluering/bedømmelse

Jeg gjør ofte gode bedømmelser om verdien av ideer eller materialer og kan begrunne dette på en grundig måte.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



# Induktiv tenking

Da Jesus sa «*omvend dere og tro på evangeliet!*»<sup>1</sup> brukes det greske ordet *metanoeo*. Det betyr å endre sine tanker. Paulus skrev også at vi skal forvandles ved at våre sinn fornyes.<sup>2</sup> Synden manifesteres i syndig tankegods og mørkets gjerninger. På samme vis manifesteres det nye livet i det sinn som hører Guds rike til. Vi skal arbeide på vår frelse slik at vi kan stå stødig. Den hellige ånd er aktiv i denne fornyelsen. Noe skal vokse fram og ta plass i våre liv.

Dermed blir det viktig at vi lar Skriften og Den hellige ånd slippe til. Paulus skrev til Timoteus at hele Skriften er nyttig til dette.<sup>3</sup>

Dette betyr at vi må være i stand til å dekonstruere gjerninger og tanker, slik at vi finner ånden bak dem. Ordspråket sier at vi er slik vi tenker i vårt indre. Tanker har konsekvenser. Ofte ser vi fruktene av den ånd som råder. Så må vi spore dette tilbake til kilden.

Når vi snakker om induktiv tenking handler det om å finne den dypeste årsaken. Hva tror vi egentlig? Hvor mye søker vi å forstå hvor tankene kommer fra?

Når vi har fått Den hellige ånd i vårt indre og er en ny skapning, skjerpes vår samvittighet. Da vil vi kjenne i vårt indre når vi bryter frihetens lov. Når vi gjør noe kan vi kjenne at det er galt. Da kan vi spore gjerningen tilbake til sin opprinnelse. «... *vi river ned tankebygninger og enhver høyde som reiser*

*seg mot kunnskapen om Gud, og tar enhver tanke til fange under lydigheten til Kristus.»*<sup>4</sup>

Dette handler dermed om å jobbe sammen med Skriften og Den hellige ånd slik at vi avdekker alt mørke og erstatter det med Guds rikes lære.

Se på de følgende punktene og evaluer deg selv. Da kan du få en pekepinn på hvorvidt du er aktiv i å fornye ditt indre.



---

<sup>1</sup> Mark 1:15

<sup>2</sup> Rom 12:2

<sup>3</sup> 2 Tim 3:16,17

---

<sup>4</sup> 2 Kor 10:5

1. Når jeg gjør eller sier noe hvor jeg får dårlig samvittighet, bruker jeg tid til å finne ut hvorfor.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Liten grad                      Middels                      Stor grad

2. Jeg tar regelmessig tid til å evaluere mitt liv i lys av den forståelsen jeg nå har av Skriften.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Liten grad                      Middels                      Stor grad

3. Når jeg får en ny åpenbaring om Guds veier bruker jeg tid i bønn og tanke for å forstå konsekvensen av dette i mitt liv.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Liten grad                      Middels                      Stor grad

4. Jeg søker ofte å forstå grunnen til mine beslutninger og handlinger.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Liten grad                      Middels                      Stor grad

5. Når jeg lærer noe nytt er det naturlig å forvente at det skjer endring i mitt eget liv som konsekvens.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Liten grad                      Middels                      Stor grad

6. Når jeg studerer Skriften er det naturlig for meg å spørre hva det betyr for mitt eget liv.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Liten grad                      Middels                      Stor grad

7. Jeg kjenner ofte kjærlighet eller gudsfrykt knyttet til mine gjerninger.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Liten grad                      Middels                      Stor grad

8. Når andre ber meg begrunne eller forklare en gerning eller et utsagn, opplever jeg det ikke som en trussel, men en mulighet.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Liten grad                      Middels                      Stor grad

9. I min spesielle tid sammen med Gud søker jeg stadig å utvide bildet av hvordan alt henger sammen.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Liten grad                      Middels                      Stor grad

10. Jeg ser at mitt liv, tanker og gjerninger forandres når jeg får ny forståelse.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Liten grad                      Middels                      Stor grad



# Tjenestegavene

Tjenestegavene begynner hos Gud selv.

*«Han er den som gav noen til apostler, noen til profeter, noen til evangelister, noen til hyrder og lærere.»<sup>5</sup>*

Disse er nå ment å fungere til oppbyggelse av Kristi legeme.

De fleste har en gave som er markant, kanskje med andre gaver som støtter den primære. Felles for dem alle er at de ikke er gitt for vår egen del, men for å bygge opp andre og til slutt hele legemet.

Det er flere måter å identifisere disse gavene på. En er å ta tid og komme foran Gud i bønn om åpenbaring. Ofte leder Gud oss til å oppdage gavene i en sammenheng, altså ved å prøve. Noen ganger får vi det også bekreftet gjennom andre.

Det er også mulig å ta forskjellige tester hvor du svarer på spørsmål som avdekker det som er i ditt indre og hjelper deg å identifisere din(e) tjenestegave(r).

Nedenfor finner du ti utsagn for hver gave. For hver tjenestegave; merk av en rute for hvert utsagn som passer deg. Du kan overføre dette til radardiagrammet ved å merke av på aksene. Så trekker du linjer mellom punktene og får et lite bilde av hvor du har hovedvekten.

## **Apostel**

1. Jeg er en entreprenørtype.
2. Jeg er fremtidsorientert.

3. Jeg er eventyrlysten.

4. Pionerarbeide er naturlig for meg.

5. Å skape kultur er noe jeg liker.

6. Når jeg har en idé vil jeg gjerne få i gang en bevegelse rundt den.

7. Jeg liker å løse problem.

8. En innovativ idé må implementeres.

9. Oppstart av noe nytt inspirerer meg.

10. Et gudgitt kall trenger handling.

## **Profet**

1. Jeg ser hva som må endres.

2. Måten jeg tenker på oppleves som revolusjonær.

3. Hvis noe er galt i en situasjon er jeg den som taler ut om det.

4. Jeg lengter etter reformasjon.

5. Jeg ønsker å slåss for en viktig sak.

6. Jeg søker ofte å kommunisere budskapet mitt gjennom mine gaver.

7. Jeg liker å forme meninger.

8. Jeg opplever ofte at jeg går mot strømmen.

9. Jeg kjenner et kall til å få mennesker tilbake til Gud og sannhet.

10. Det er vanskelig for meg å gå på kompromiss med min overbevisning.

---

<sup>5</sup> Ef 4:11

## Evangelist

1. Jeg ser meg selv som en budbringer.
2. Å vinne andre over til det jeg selv tror er naturlig for meg.
3. Jeg trives med rekruttering og mobilisering.
4. Jeg liker markedsføring og salg.
5. Jeg oppleves som inspirerende.
6. Jeg brenner for å dele evangeliet om Guds rike med andre.
7. Jeg trives med å være budbringer.
8. Jeg er en historieforteller.
9. Det mellommenneskelige er naturlig for meg.
10. Jeg er ekte og innlevd når jeg kommuniserer.

## Hyrde

1. Jeg liker å hjelpe andre.
2. Jeg kjenner behov for å beskytte og forsvare andre.
3. Jeg går ofte inn i en slags foreldrerolle i mine relasjoner.
4. Andre kommer til meg når de trenger hjelp.
5. Jeg søker ofte å skape fred og harmoni.
6. Jeg søker det gode for alle.
7. Jeg er relasjonell og søker fellesskap.
8. Jeg lengter etter at andre skal bli helbredet og istandsatt.
9. Det ligger naturlig for meg å engasjere meg med mennesker som har det vanskelig.
10. Jeg tenker ikke på meg selv når jeg hjelper andre.

## Lærer

1. Jeg liker å dele min innsikt med andre.
2. Jeg bruker mye tid til å tenke og filosofere.
3. Jeg er observant.
4. Jeg trives med forskning.
5. Jeg oppleves som kunnskapsrik.
6. Jeg liker å lære fra fortiden.
7. Jeg liker å tolke og finne mening.
8. Jeg trives med å undervise.
9. Jeg er komfortabel med det abstrakte.
10. Å være instruktør ligger for meg.

## Apostel

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Profet

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Evangelist

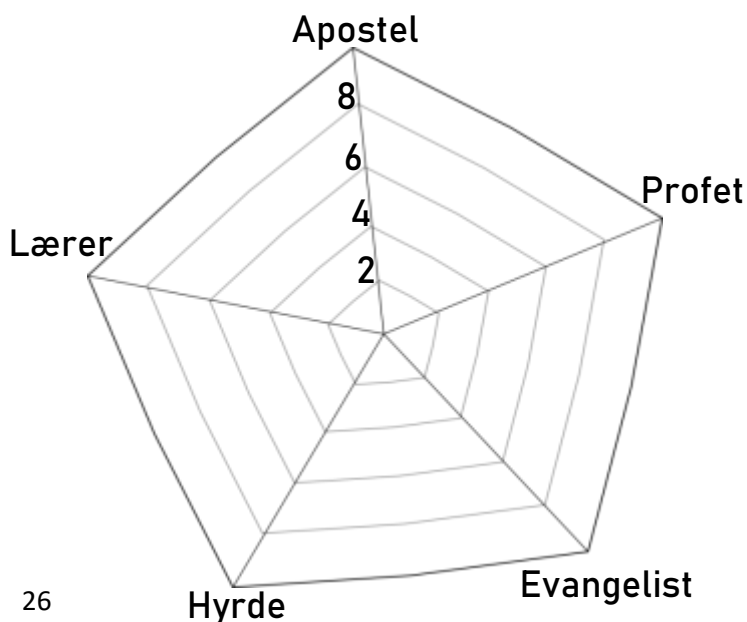
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Hyrde

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Lærer

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



# Åndens gaver

I Skriften leser vi om en rekke velsignelser Gud gir oss når vi fødes på ny. Noen av disse er Åndens gaver. På neste side kan du evaluere deg selv og din utrustning. Her kan du bedømme om du har gaven og merke av for styrken på gaven, altså hvor fremtredende den er i ditt liv. Du kan lese mer om disse Åndens gaver i Skriften. Dess bedre en kjenner disse i sitt eget liv, dess mer kan disse gavene forvaltes til velsignelse for mange.

## Hjelp

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Lederskap

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Gjestfrihet

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Tjenester

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Administrasjon

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Dømmekraft

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Tro

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Tunger

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Tolkning

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Mirakler

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Helbredelse

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Gaver

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Barmhjertighet

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Visdom

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Kunnskap

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Formaning

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Undervisning

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Misjonær

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Forbønn

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Fattigdom

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## Utdrivelse

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

# Opprinnelig Design

Gud har lagt ned noe helt unikt i hvert menneske. I salmen står det at han har vevd oss alle sammen på underfullt vis. Gjennom relasjon og åpenbaring kan vi oppdage mer av disse unike fasettene ved vår person. Dette fordrer at du eller noen andre tar seg tid til å søke Gud med helt konkrete spørsmål. Du kan bruke spørsmålene på neste side, eller utforme dine egne. Dess mer konkrete vi er dess enklere blir det å høre hva Gud sier.

Hva bruker fienden for å skade meg?

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

Hvordan har Gud skapt og formet meg på unikt vis?

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

6. \_\_\_\_\_

7. \_\_\_\_\_

8. \_\_\_\_\_

9. \_\_\_\_\_

10. \_\_\_\_\_

11. \_\_\_\_\_

12. \_\_\_\_\_

# Glødende kull

Vi erfarer at Gud taler til oss på mange måter. På bunnlinja ser vi likevel at det handler om å vandre med ren samvittighet. Apostelen Paulus skrev at han hadde vandret med en ren samvittighet. Gud taler til oss og fornyer samvittigheten vår. Ved hjelp av den lærer vi å dømme mellom godt og ondt.

Vårt gudgitte kall vil også tale til samvittigheten. Tid i Guds nærvær vil styrke kallsopplevelsen. Det blir nærmest som et indre 'driv', noe vi er overbevist om. Når kallet så møter lidenskap, det kan være både smerte og glede, vokser kallsopplevelsen ytterligere. Sammen med dine talent og det du har lært blir det en synergi som Gud salver med sin Ånd. I møte med en gitt mulighet, situasjon eller et behov oppstår kairos-anledningen. Da opplever en at en stiger inn i det en ble skapt for.

På neste side finner du fire sirkler. Området hvor alle sirklene møtes blir noe som kan beskrive det Gud har kalt deg til. Der møter du Gud i en sammenheng som er relevant. Kan du finne dette stedet i ditt eget liv så har du «glødende kull» fra himmelen.

De følgende spørsmålene kan du tygge på for å finne dette skjæringspunktet.

**Samvittighet:** Hva sier Gud? Hva er min overbevisning?

**Lidenskap:** Hva brenner jeg for? Hvor er min glede eller smerte?

**Talent:** Hva er jeg utrustet med?

**Behov:** Hva er muligheten som står foran meg?

**Eksempel** fra en tenkt situasjon:

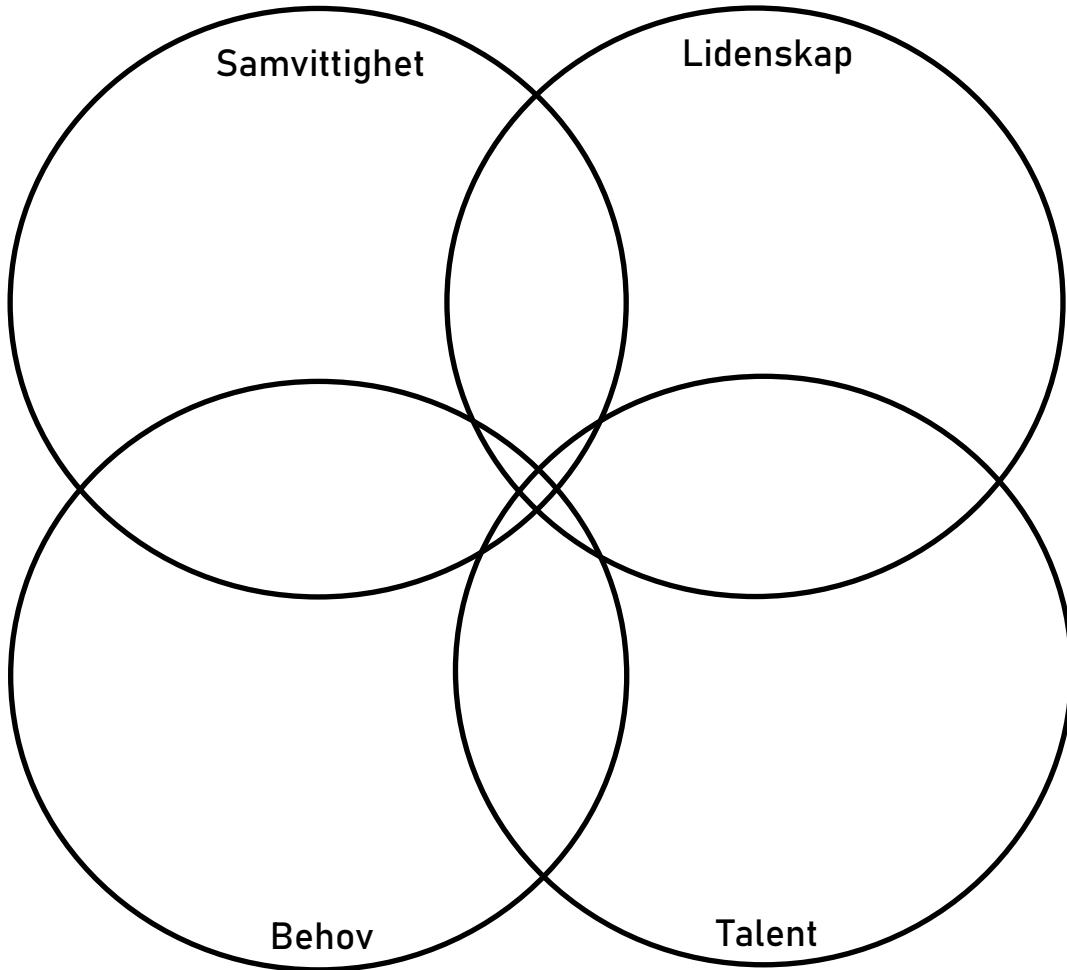
Alle har en Gudgitt rett til å ta ansvar for eget liv. (Samvittighet/overbevisning)

Jeg brenner for at alle skal kunne finne Guds kall for sitt liv. (Lidenskap)

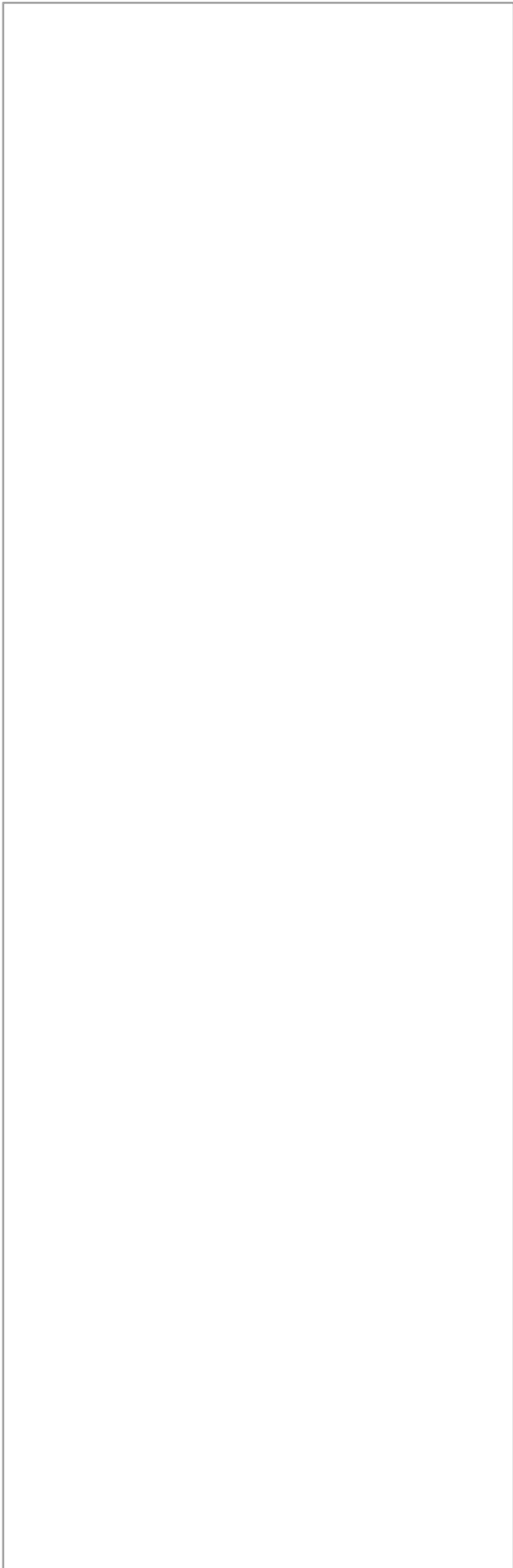
Jeg har et skarpt og logisk sinn, som skapt for å forstå lov og rett. Jeg er energisk. (Talent)

Mange mennesker er uten arbeid fordi vanskelig regelverk legger utallige hindringer i veien. Grunnloven beskytter alles rett til å ha en inntekt til å sørge for seg og sine. (Behov/mulighet)

**Krysningspunkt:** Jeg vil jobbe med å hjelpe arbeidsledige til å forstå lover og regler slik at de kan komme seg i jobb og bruke sine egne gaver og talent til å forsørge seg selv og sine.



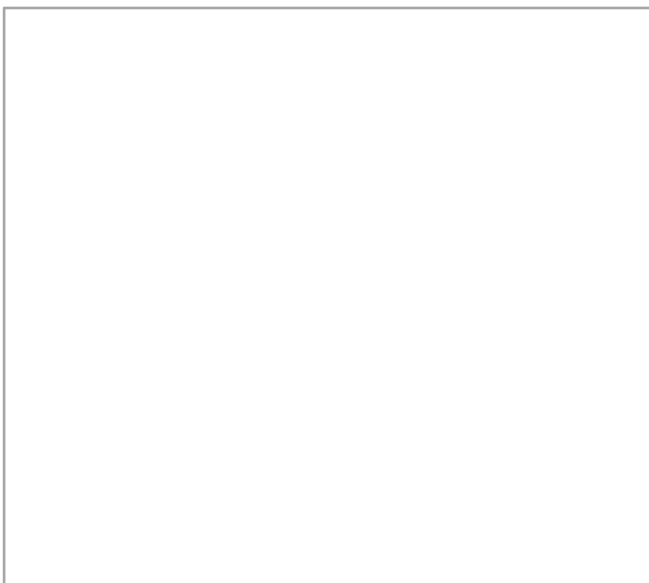

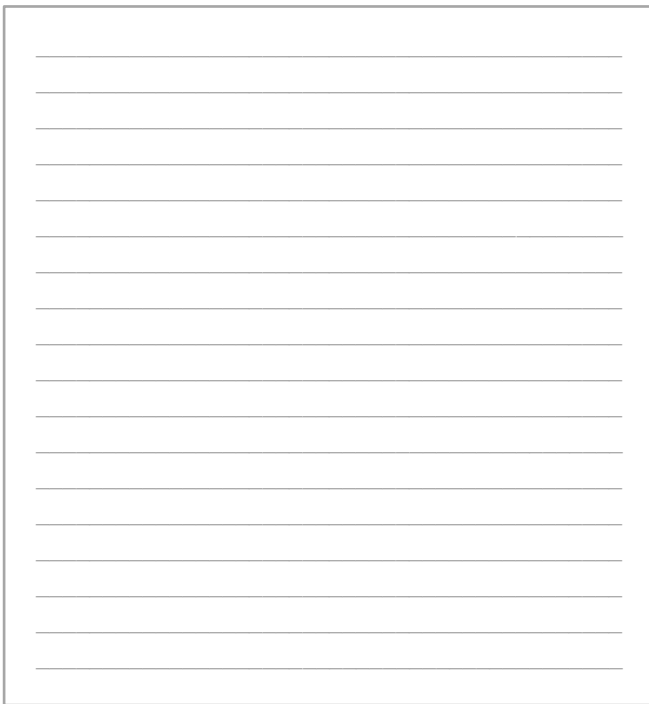


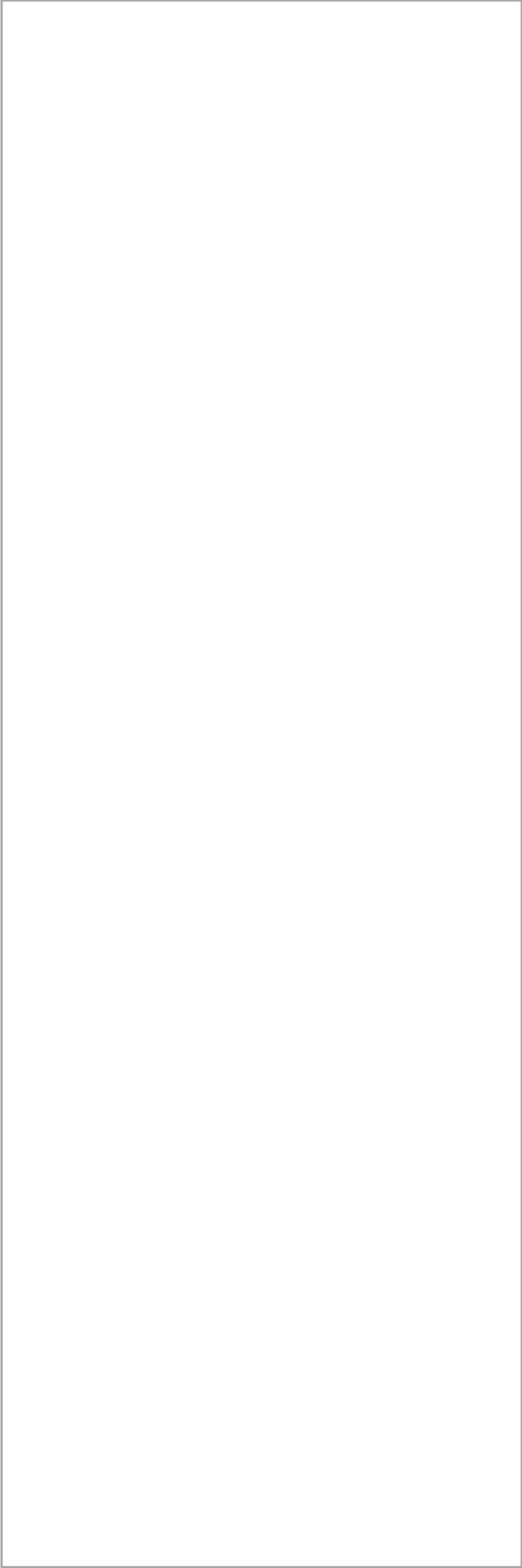




# Profetiske Ord

Ord, bilder, inntrykk jeg har fått personlig,  
eller andre har fått for meg.





# Jeg tror

Der jeg har formulert en bekjennelse av min tro ser den slik ut:

Blank lined writing area for the first part of the statement.

Blank writing area for the second part of the statement.

Large blank lined writing area for the remainder of the statement.



# Støtteindikatorer

Det finnes en hel rekke verktøy som kan være en hjelp til å identifisere hvordan Gud har skapt den enkelte. Noe som nok er ganske så åpenbart, er at det ikke finnes ett slikt verktøy som avdekker alt en trenger å forstå. Dermed må vi være bevisst at disse skal ha en rolle som tjener, slik at vi ikke kommer under tankesett som låser oss fast. Dersom du har benyttet noen av de følgende, kan du legge inn litt informasjon her til egen hjelp. Målet er å kunne få hjelp til å danne seg et bilde av hvem en er.

Myers Briggs typeindikator:

Type: \_\_\_\_\_

Kommentar:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

DISC:

Type: \_\_\_\_\_

Kommentar:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Personality ID (PID):

Type: \_\_\_\_\_

Kommentar:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Career Direct:

Kommentar:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Working Genius

Kommentar:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Strengthsfinder:

Karakteristikk: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_

Kommentar:

---

---

---

---

---

---

\_\_\_\_\_

Kommentar:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

MPACT Quotient:

\_\_\_\_\_

Kommentar:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

\_\_\_\_\_

Kommentar:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

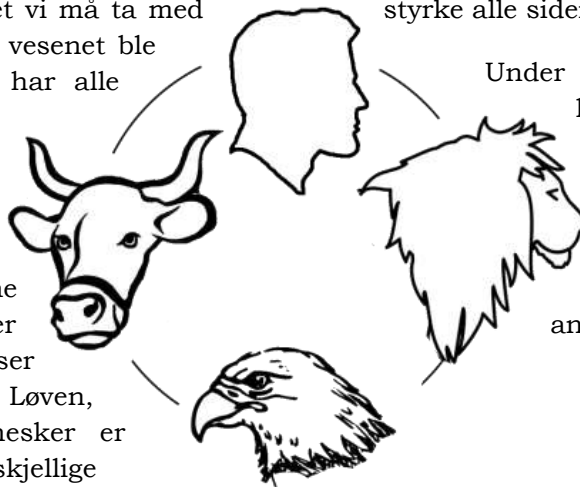
---

# Esekiel 1

Profeten Esekiel fikk se et vesen med fire ansikter. Denne himmelske realiteten får også uttrykk i våre liv. Alle har noe vi gjenkjenner i eget liv. Det vi må ta med oss fra dette bildet er at vesenet ble ledet av Guds Ånd. Vi har alle naturlige tendenser som er formet både fra vår personlighet og omgivelser/oppvekst.

Hvert av disse ansiktene representerer kvaliteter ved Gud, som vi også ser igjen i skaperverket. Løven, ørnen, oksen og mennesker er unike. De har forskjellige karakteristikker og Gud har valgt dem som vitner for seg selv. Når Ånden får lede dem fylles de også med hensikt. Gud ønsker å lede oss på samme måte. Det vil si at vi ofte går inn i en situasjon fra forskjellige perspektiv. Vår naturlige tilbøyelighet er ikke alltid den rette. Noen ganger betyr det også at Gud velger nøyte hvilke tjenere han sender. Jesus viste alle disse karakteristikkene gjennom sin tjeneste. Ulike situasjoner fikk ulike ansikt. Han var majestet, hersker, tjener og medmenneske. Esekiels åpenbaring handler dermed om at Guds Ånd får lede.

Bruk denne øvelsen for å lære og gjenkjenne dine naturlige tilbøyeligheter og å være bevisst hvordan Gud jobber med deg for å styrke alle sidene.



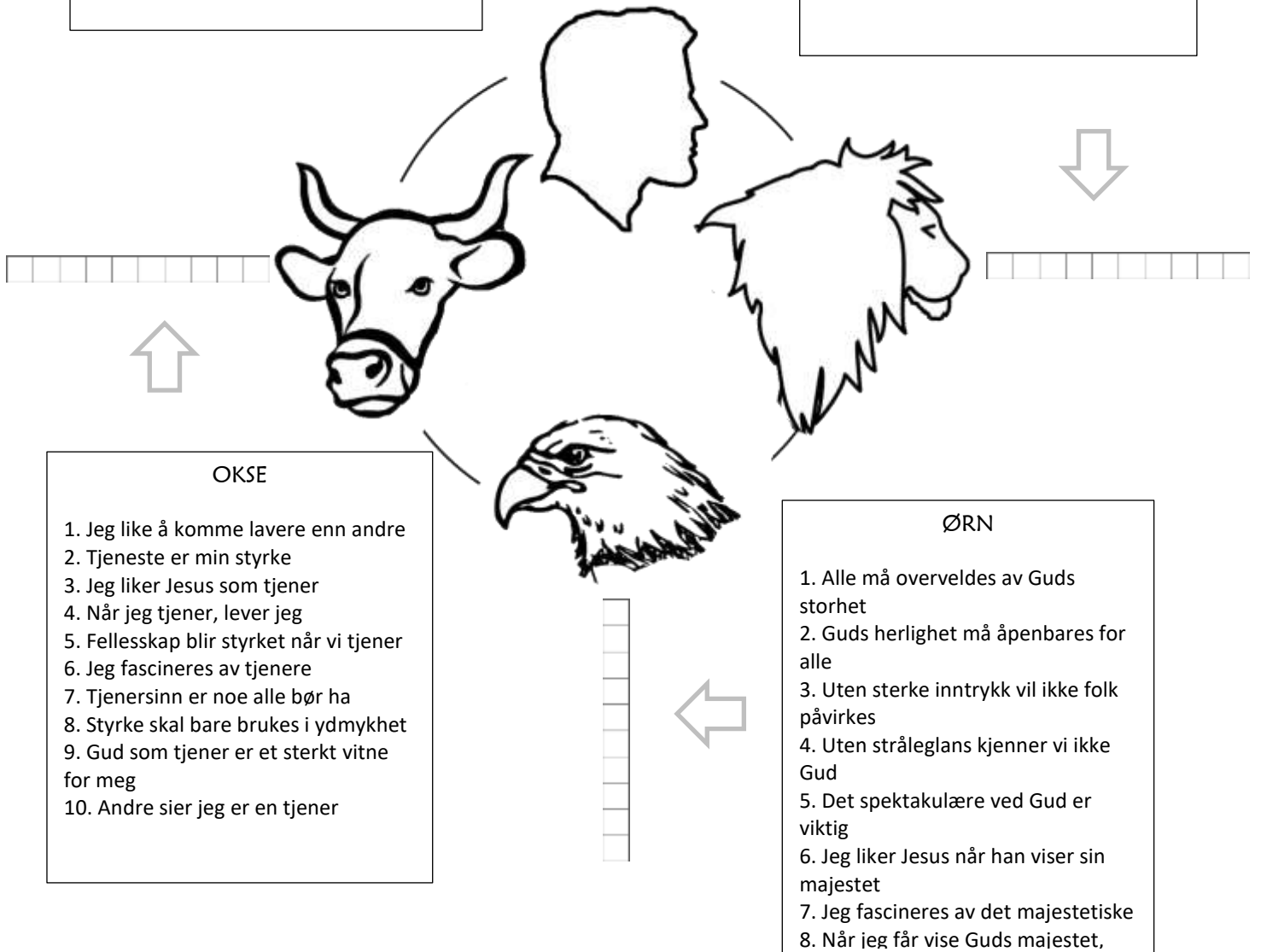
Under hvert av de fire ansiktene kan du merke av en rute når noe stemmer for deg. Til slutt ser du hvilken utrustning du tror du har. Denne øvelsen kan også gjøres sammen med andre som kjenner deg.

## MENNESKE

1. Setter meg ikke over eller under andre
2. Alle må vite at de er verdifulle
3. Jeg liker Jesus når han er et medmenneske
4. Jesu budskap skinner sterkest gjennom hans menneskelighet
5. Gud som menneske er et sterkt vitne for meg
6. Jeg søker alltid å møte andre som en likeverdig
7. Jeg ønsker å lære om det menneskelige
8. Jeg er ukomfortabel med hierarki
9. Alle har samme verdi foran Gud
10. Andre sier jeg er et medmenneske

## LØVE

1. Jeg liker å ha autoritet
2. Autoritet er viktig for å få gjort noe
3. Vi må kjenne vår autoritet som troende
4. Autoritet er vesentlig for åndelig virke
5. Jeg liker Jesus når han utøver autoritet
6. Når jeg utøver autoritet, lever jeg.
7. Fellesskap trenger uttrykk av autoritet
8. Jeg fascineres av kraft
9. Jeg søker å lære mer om autoritet
10. Andre sier jeg viser autoritet



## OKSE

1. Jeg like å komme lavere enn andre
2. Tjeneste er min styrke
3. Jeg liker Jesus som tjener
4. Når jeg tjener, lever jeg
5. Fellesskap blir styrket når vi tjener
6. Jeg fascineres av tjenere
7. Tjenersinn er noe alle bør ha
8. Styrke skal bare brukes i ydmykhet
9. Gud som tjener er et sterkt vitne for meg
10. Andre sier jeg er en tjener

## ØRN

1. Alle må overveldes av Guds storhet
2. Guds herlighet må åpenbares for alle
3. Uten sterke inntrykk vil ikke folk påvirkes
4. Uten stråleglans kjenner vi ikke Gud
5. Det spektakulære ved Gud er viktig
6. Jeg liker Jesus når han viser sin majestet
7. Jeg fascineres av det majestetiske
8. Når jeg får vise Guds majestet,



# Karakterindikatorer

Når noe har karakter har det kjennetegn. Karakter handler om å se Jesus formet i vårt indre. Når vårt indre vokser i modenhet og er i stand til å bære mer vekt vil vi ære Gud i stadig større grad. Kjærlighet er hjertet i karakterens uttrykk. Har vi ydmykhet vil Guds nåde bære oss på alle livets områder, men Gud ønsker at vi skal vokse og at Hans Sønn skal formes i oss. Kristus i oss er håpet om herlighet. Vi skal vokse fra å være nyfødte spebarn til å bli voksne arvinger som regjerer sammen med vår Far.

De følgende karaktertrekkene er ment å være en hjelp til å oppdage hvor vi har vekst, men også til å sette ord på noen av områdene hvor Gud ønsker vi skal vokse. Karaktervekst er ikke alltid synlig for oss selv, fordi det i seg selv er uvesentlig. Vekst er resultatet av en prosess som skjer i vårt indre. Målet er at Jesus får ta bolig i oss og at vi skal nå fram til modenhet. Dette får uttrykk i de følgende karakteristikkene. Dette er en øvelse du kan gjøre sammen med Den hellige ånd, spesielt for å vekke opp områder du kanskje aldri har overgitt til Jesu herredømme.

Dette kan være verdt å se gjennom regelmessig og i bønn ta det foran Herren.

For hvert av uttrykkene kan du be Den hellige ånd hjelpe deg å se om du har positiv vekst eller om du har hatt en negativ utvikling. Gud ønsker at vi skal bli hele. Kanskje har det skjedd ting i ditt liv som gjør at du ikke slipper Ham til, eller at hjertet er såret og hardt. Negative tall betyr dermed at du har mistet noe. 0 betyr at du ikke har merket noe endring, mens den positive siden viser vekst.

På slutten av listen kan du også legge til dine egne områder.

Ansvar	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Barmhjertighet	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Besluttsomhet	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Broderkjærighet	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Dyd	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Frimodighet	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Generøsitet	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Glede	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Gjæstfrihet	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Langmodighet	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Lojalitet	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mildhet	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Oppmerksomhet	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Oppriktighet	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Punktlig	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Rettferdighet	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Saktmodighet	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Sannferdighet	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Selvkontroll	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Trygghet	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Tro	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Trofasthet	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Tilgivelse	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Tålmodighet	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Visdom	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ydmykhet	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Dersom du har flere, kan du legge dem til her.

\_\_\_\_\_ -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

\_\_\_\_\_ -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

\_\_\_\_\_ -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

\_\_\_\_\_ -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

\_\_\_\_\_ -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

\_\_\_\_\_ -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

\_\_\_\_\_ -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

\_\_\_\_\_ -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

\_\_\_\_\_ -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

# Guds fulle rustning

«For vi har ikke en kamp mot kjøtt og blod, men mot maktene, mot myndighetene, mot verdens herskere i dette mørke, mot ondskapens åndehær i himmelrommet. Ta derfor Guds fulle rustning på, så dere kan gjøre motstand på den onde dag og bli stående etter å ha overvunnet alt.»<sup>6</sup>

Her er en anledning til å evaluere hvor godt rustet du er til seierskampen. For hvert element kan du be og tenke gjennom hvor moden du er. Har du vokst, eller har du kanskje stagnert? Bruk gjerne også litt tid til å forstå betydningen av hvert element i rustningen. Spør så hvordan du kan se vekst på de ulike områdene.

«Stå da klar med **sannheten som belte** om livet og med **rettferd som brynje**, og ha som **sko** på føttene den beredskap som **fredens evangelium** gir. Grip framfor alt **troens skjold**; med det kan dere slokke alle den ondes brennende piler. Ta **frelsens hjelm** og **Åndens sverd**, som er **Guds ord**. Gjør dette i bønn, og legg alt fram for Gud! **Be til enhver tid**, i Ånden! Våk og **hold ut i bønn for alle de hellige.**»<sup>7</sup>



---

<sup>6</sup> Ef 6:12,13

<sup>7</sup> Ef 6:14-18

**Sannhet** (belte)

-5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

(Jeg er trofast mot sannheten og gjør meg ikke sårbar ved å underholde falsk lære.)

**Rettferdighet** (brystplate)

-5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

(Den rettferdighet jeg har fått i Kristus har tatt bolig i meg og virkes i stadig større grad ut i mitt eget liv.)

**Fredens evangelium** (sko)

-5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

(Mitt hjertes holdning er å vandre i det sanne Jesu evangelium, som er gode nyheter til alle tider.)

**Tro** (skjold)

-5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

(Omstendigheter rokker ikke ved min tro. Jeg er utholdende og vakler ikke lett når ting skjer.)

**Frelsen** (hjelms)

-5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

(Hele mitt liv er trygt inne i frelsens ark. Der har jeg mitt ankerfeste og ingen ting kan rokke ved det.)

**Guds (rhema) ord** (sverd)

-5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

(Den hellige ånd virker i meg og jeg har lært å gjenkjenne Guds stemme i mitt daglige liv, også under press.)

**Bønn**

-5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

(Bønn hører med til alt jeg gjør.)

**Forbønn**

-5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

(Jeg går ofte i inderlig forbønn for andre.)

# Modning/Fylde

«Må han selv, fredens Gud, hellige dere helt gjennom, og må deres ånd, sjel og legeme bevares fullkomne, ulastelige ved vår Herre Jesu Krist komme.»<sup>8</sup>

Bønnen her er at Gud skal gjøre oss hele. Denne øvelsen hjelper deg å identifisere styrker og områder som vil ha nytte av vekst. Vi er ikke passive tilskuere til vår egen helliggjørelse. Dette er et bevisst samarbeid med Gud. Her kan du selv, eller sammen med andre som kjenner deg, reflektere over de ulike områdene. Ånd, sjel og legeme brytes ned i noe mer detalj. Målet er helhet.

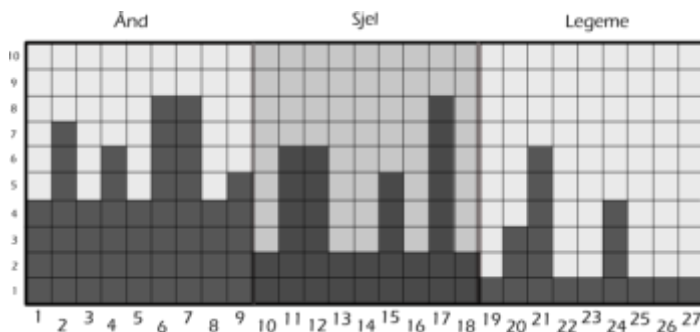
For hvert utsagn kan du tenke gjennom hvor sterkt du står. Fargelegg antallet ruter som tilsvarer tallverdien under.

- 0 – ikke i det hele tatt
- 1 – i svært liten grad
- 4 – til en viss grad
- 5 – moderat
- 6 – ganske mye
- 8 – i stor grad
- 10 – Moden og vedvarende

Utsagn:

## Ånd

- 1 Jeg er trygg på min åndelige identitet.
- 2 I mitt livssyn er det åndelige viktig.
- 3 Jeg utøver mitt åndsliv i stor fylde.
- 4 Sannferdighet fyller mitt åndsliv.
- 5 Jeg kjenner min ånds hensikt.
- 6 Jeg er kompetent i bruken av min ånd.
- 7 Jeg vokser i mitt åndelige liv.
- 8 Min ånd er underlagt Skriftens autoritet.
- 9 Min samvittighet fungerer i mitt åndsliv.



Her er områdene som evalueres:

- 1) Identitet
- 2) viktighet
- 3) utøvelse
- 4) sannferdighet
- 5) hensikt
- 6) kompetanse
- 7) vekst
- 8) Skriftens autoritet
- 9) samvittighet

<sup>8</sup> 1 Tess 5:23

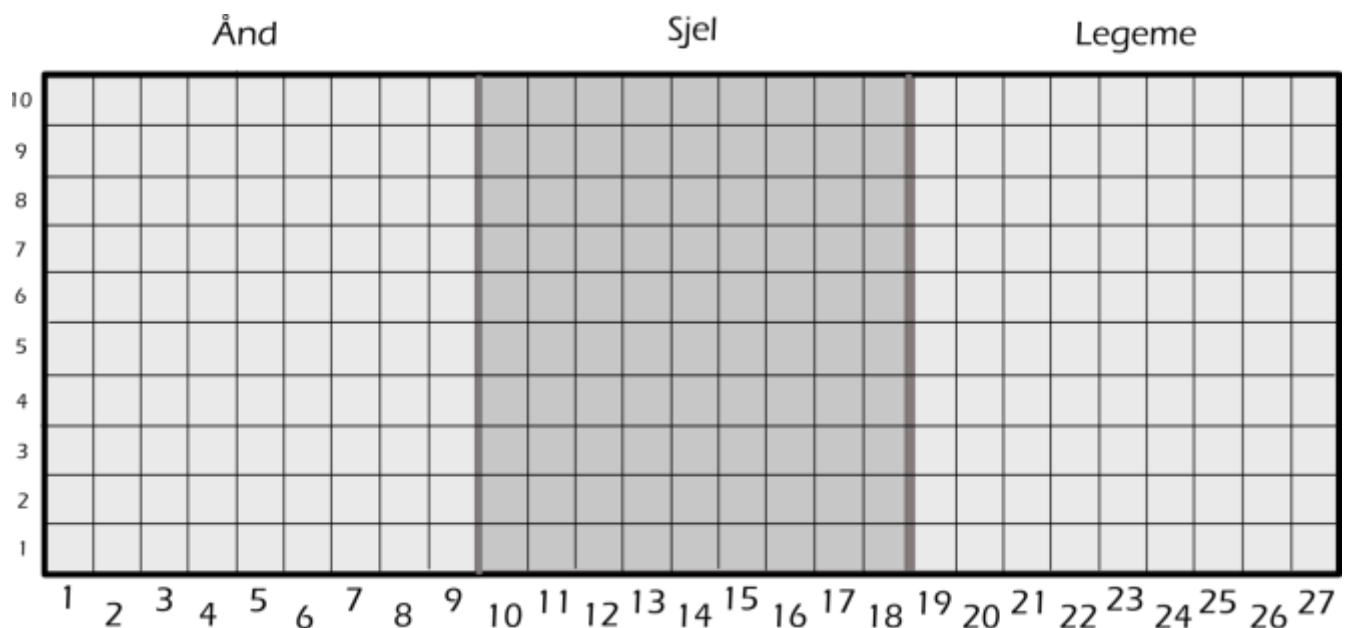
## Sjel

- 10 Jeg er trygg i mitt sjelelige liv.
- 11 Det sjelelige i mennesket er viktig.
- 12 Jeg utøver mitt sjeleliv i stor fylde.
- 13 Sannferdighet fyller mitt sjeleliv.
- 14 Jeg kjenner min sjels hensikt.
- 15 Jeg er kompetent i bruken av min sjel.
- 16 Jeg vokser i mitt sjelelige liv.
- 17 Min sjel er underlagt Skriftens autoritet.
- 18 Min samvittighet fungerer i mitt sjeleliv.

## Legeme

- 19 Jeg er trygg på min legemlige identitet.
- 20 Menneskets legeme er viktig.
- 21 Jeg utøver mitt legemlige liv i stor fylde.
- 22 Sannferdighet fyller mitt legemlige liv.
- 23 Jeg kjenner mitt legemes hensikt.
- 24 Jeg er kompetent i bruken av mitt legeme.
- 25 Jeg vokser i mitt legemlige liv.
- 26 Mitt legeme er underlagt Skriftens autoritet.
- 27 Min samvittighet fungerer på områder som angår mitt legemlige liv.

Fyll inn dette diagrammet. Den vertikale tallinjen (til venstre) angir styrken av modenhet. Tallene nederst henviser til nummeret på hvert utsagn. Når du fargelegger vil det danne seg et visuelt bilde som viser områder med styrke og områder som trenger å styrkes. Dette kan du ta med deg inn i en prosess som den Romerne 12:2 taler om. Da nærer du deg med Guds rikes tanker og forvandles ved å kultivere disse. Når modenhet kommer vil du også være bedre rustet til å kjenne Guds vilje.





# Relasjoner

Det relasjonelle er kjærlighetens primæruttrykk. Gud er relasjonell i sitt vesen og alt han har satt i gang er relasjonelt.

Mennesket er skapt i Guds bilde og vekst er en primærhensikt. I kjærlighetens rammeverk skjer det en overføring på alle livets områder.

Denne øvelsen kan brukes til å identifisere styrken på de ulike relasjonene. Noen faktorer kan evalueres og gi en enkel pekepinn på hvorvidt en gitt relasjon fungerer i hele sin hensikt, eller om det kan gjøres noe for å komme dypere inn i dette.

Til venstre ser du en rekke relasjoner. Bruk de fem punktene under for å evaluere hver av dem. Gi fra null til 10 poeng for hvert punkt. Det vil si at du kan få minimum null poeng for en relasjon og maksimum 50 poeng. Skriv dette som sum og overfør det til figuren på neste side. Den gir et overblikk. Du kan sette inn navn og konkretisere om du ønske det.

## **Evaluering:**

1) Jeg fungerer godt i denne relasjonen uten at mine egne grenser brytes ned. (0-10)

2) Denne relasjonen inspirerer meg til stadig vekst. (0-10)

3) Mitt åndelige liv vokser i denne relasjonen. (0-10)

4) Mitt sjelelige liv vokser i denne relasjonen. (0-10)

5) Jeg er selv en aktiv del i denne relasjonen og bidrar positivt. (0-10)

## **Relasjoner:**

Gud:

1) \_\_\_ 2) \_\_\_ 3) \_\_\_ 4) \_\_\_ 5) \_\_\_ Sum: \_\_\_

Meg selv:

1) \_\_\_ 2) \_\_\_ 3) \_\_\_ 4) \_\_\_ 5) \_\_\_ Sum: \_\_\_

Ressurssterk person:

1) \_\_\_ 2) \_\_\_ 3) \_\_\_ 4) \_\_\_ 5) \_\_\_ Sum: \_\_\_

Nær person (venn):

1) \_\_\_ 2) \_\_\_ 3) \_\_\_ 4) \_\_\_ 5) \_\_\_ Sum: \_\_\_

Skaperverket:

1) \_\_\_ 2) \_\_\_ 3) \_\_\_ 4) \_\_\_ 5) \_\_\_ Sum: \_\_\_

Lærenem person:

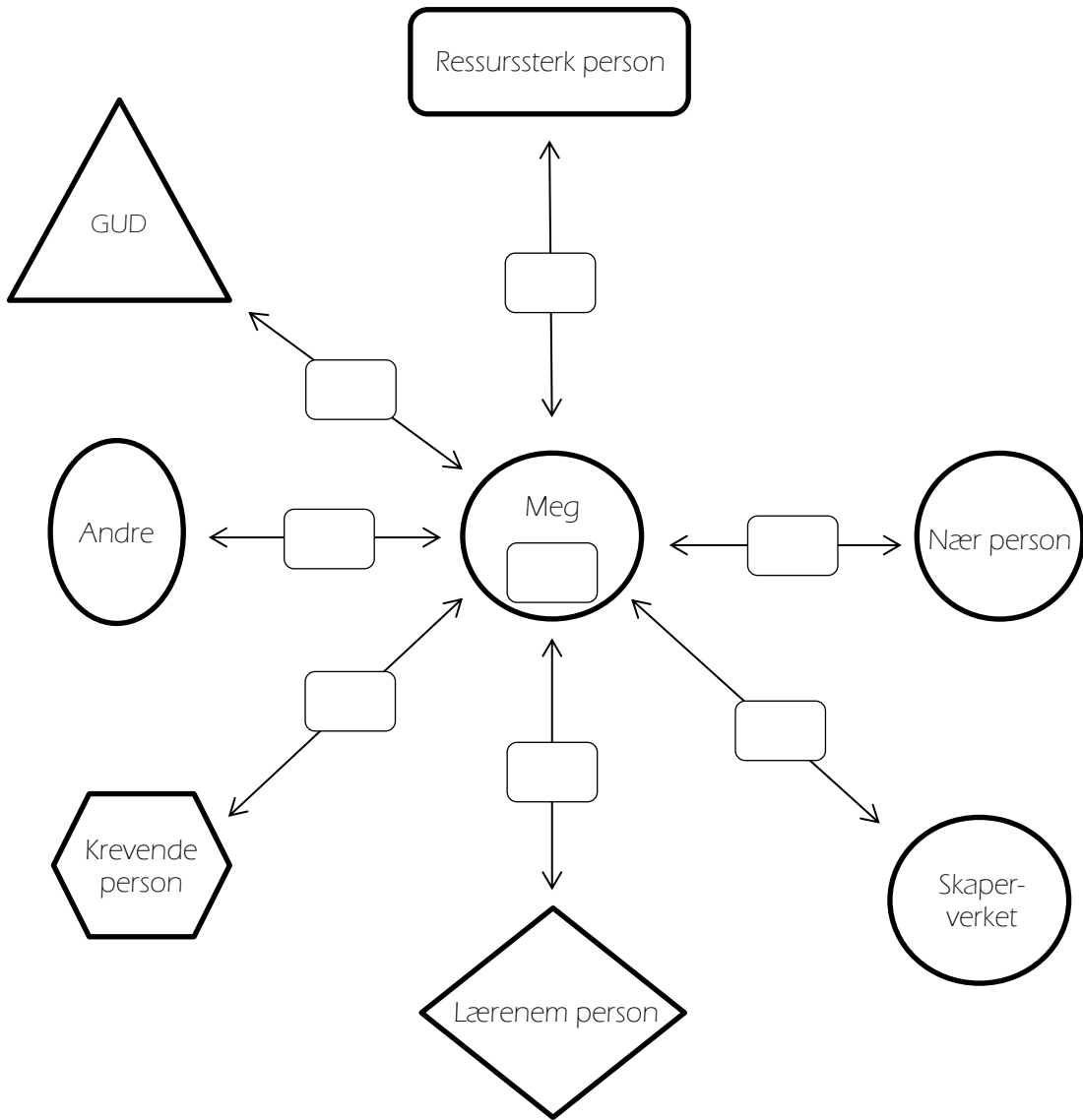
1) \_\_\_ 2) \_\_\_ 3) \_\_\_ 4) \_\_\_ 5) \_\_\_ Sum: \_\_\_

Krevende person:

1) \_\_\_ 2) \_\_\_ 3) \_\_\_ 4) \_\_\_ 5) \_\_\_ Sum: \_\_\_

Andre:

1) \_\_\_ 2) \_\_\_ 3) \_\_\_ 4) \_\_\_ 5) \_\_\_ Sum: \_\_\_



# 2 Peter 1:5-7

*«...så legg nettopp derfor all vinn på at dere i troen viser dyd, og i dyden skjønnsomhet, og i skjønnsomheten avhold, og i avholdet tålmodighet, og i tålmodigheten gudsfrykt, og i gudsfrykten broderkjærlighet og i broderkjærligheten, kjærlighet til alle.»<sup>9</sup>*

Resultatet av at vi virkelig kjenner Jesus er et liv i vekst. Dette er en helt naturlig dynamikk i Guds rike. Det er jo snakk om livets Gud. Når vi nærer det sanne og det gode vil det forandre våre liv. Apostelen Peter er en av dem som forsto det med vekst og å bygge noe solid på ham som er hjørnesteinen. Ofte leser vi Skriften og går samtidig over en mengde visdom som har enorm dybde når vi tar oss tid til å utforske litt. I Peters andre brev, får vi noen nyttige knagger å henge vår vekst på. Alle som er født på ny, har fått del i den guddommelige natur, altså skal vi ikke lenger styres av kjødet og lystene.

I denne øvelsen kan du ta litt tid og be Den hellige ånd hjelpe deg å se hvordan du selv vokser.

Når vi vokser i alle disse skal vi aldri snuble, sier Peter. Først kan du estimere vekst på de ulike områdene ved å merke av på tallinja. Merk at dette handler om vekst, ikke modenhet. Hvilken forandring ser du? Hva tenker andre? Merk av for hvert område.

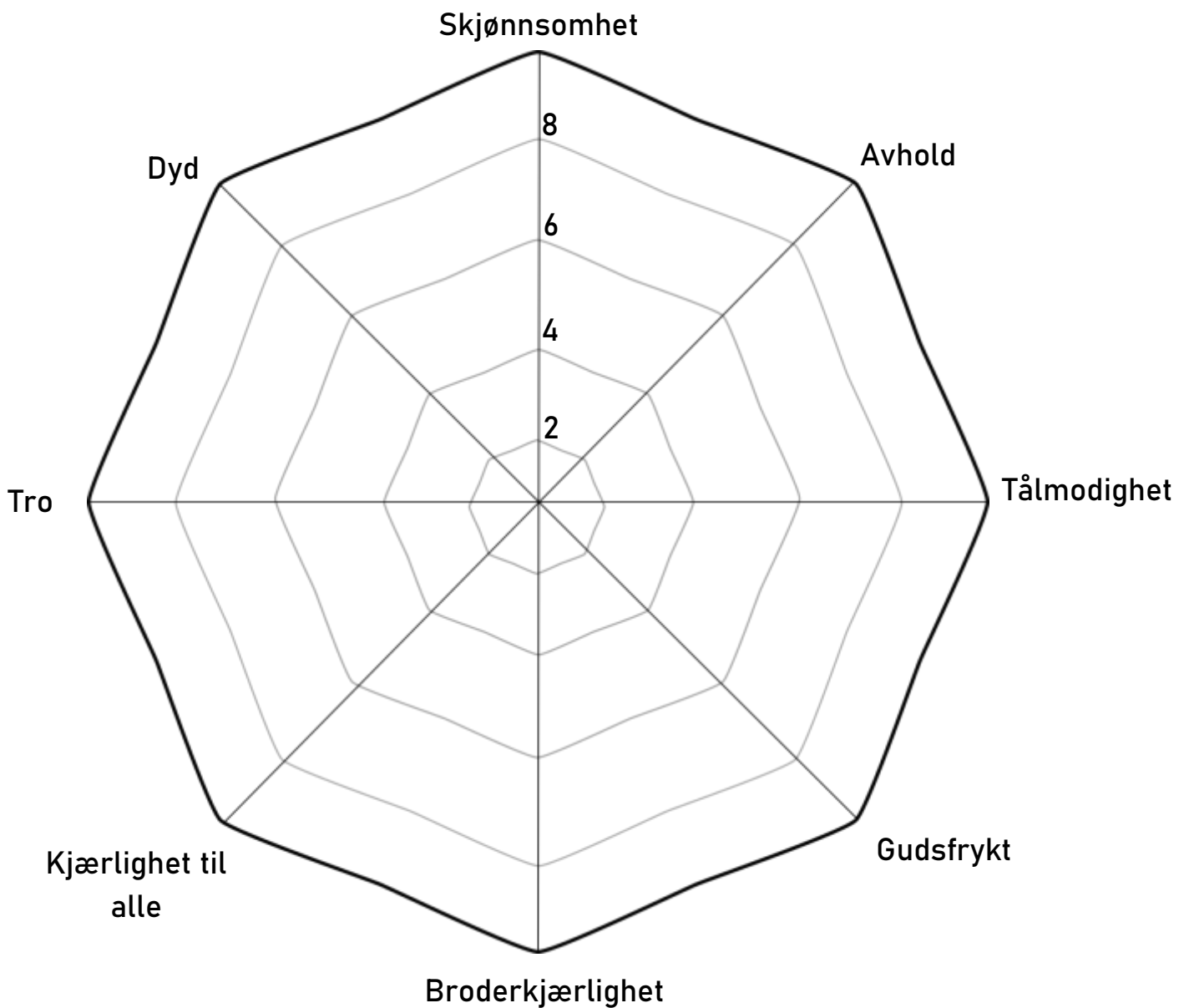
I radardiagrammet kan du overføre tallverdien for å lage en visuell oversikt. Der kan du se styrker og svakheter. Alt som er null og under, markerer du i sentrum av diagrammet.

Prøv å se helhetlig på ditt eget liv slik at du kan skape en forståelse av situasjonen slik den er nå. Dette kan du komme tilbake til regelmessig.

---

<sup>9</sup> 2 Pet 1:5-7

Tro	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Dyd	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Skjønnsomhet	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Avhold	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Tålmodighet	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Gudsfrykt	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Broderkjærlighet	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Kjærlighet til alle	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10



# Min tidslinje

Fra før vi ble født har vi blitt påvirket av ulike faktorer. Salme 139 forteller oss at Gud er en hovedfaktor. Samtidig vet vi også at vi arver noe etter vår slekt, spesielt våre foreldre. Våre omgivelser er også viktige. En tidslinje er en mulighet til å identifisere vesentlige hendelser eller påvirkninger som har formet oss. Det kan hjelpe deg å knytte noen forbindelser og forstå mer av hvor du kommer fra. Du kan gjøre en tidslinje mye

mer omfattende enn den som er på de to neste sidene, men bruk gjerne denne til å komme i gang. Tenk gjennom og snakk med mennesker som har vært del av ditt liv, både før og etter du ble født. Prøv å identifisere viktige hendelser. Dette kan være alt fra velsignelser til forbannelser. Det kan være åndelig, sjelelig eller legemlig. Når du identifiserer noe, kan du skrive det i en av boksene og trekke en strek til tidslinja.

Før fødsel

Fødsel

Barndom

Ungdom


Tidlig voksen

Voksen

---


# Min slekt

I Guds tanke er det å være del av en familie noe spesielt. Til tider ser vi slektstavler nevnt i Skriften, som for å understreke at det betyr noe hvor vi kommer fra. Når du tenker på din egen slekt vil du sikkert tenke både styrker og svakheter. Kanskje ser du uforløst potensiale, eller muligheter. Kanskje ser du også noen trusler som kan være ødeleggende.

Her er en anledning til å reflektere litt rundt dette, slik at du kan danne deg et bilde av familien og slekten du hører til. Her kan det være nyttig å snakke med mennesker både i og utenfor familien. Ulike perspektiv beriker prosessen. Du kan også ta dette i bønn og spørre Gud om åpenbaring. Du kan også finne elementer som Gud ønsker å helbrede gjennom ditt liv. Du kan være den som stopper en trussel eller en svakhet ved å omvende deg og fornye din tanke.



STYRKER	SVAKHETER
MULIGHETER	TRUSLER

# Visjonserklæring

Skriften taler ofte om visjon. Profeten Habakkuk sier det veldig klart: «Skriv synet (visjonen) opp og skriv det tydelig på tavlene, så det er lett å lese det.»<sup>10</sup> Det handler altså om et bilde, noe visuelt, noe som er sett, enten ved ens indre eller ytre øye. En visjon

har et profetisk element i seg, noe fremtidig og noe som kaller en inn i samfunnet med Gud. En visjon gitt av Gud vil også inneholde uttrykk av Guds rike, peke mot forlikelse, gjenopprettelse, helbredelse, korrigering, forvandling, frelse og håp.

Min visjonserklæring:

---

<sup>10</sup> Hab 2:2

# Min misjon

Jesus var klar på hva som var hans oppdrag her på jorden. Vi ser flere steder at han beskriver dette.

«Jeg er kommet for at de skal ha liv og ha overflod.» (Joh 10:10b)

«Til dette er jeg født, og til dette er jeg kommet til verden, at jeg skal vitne for sannheten.» (Joh 18:37)

Vi har alle et kall, eller en misjon. Det handler om hva Gud sender oss for å gjøre. Grensene for dette finnes bare i Guds egen kreativitet. Dette kanskje ikke engang målbart for mennesker. Som Jesus gjorde, er det likevel nyttig å kunne sette ord på dette. Når vi har blitt gjort levende i Kristus vil vi kjenne en respons i vårt indre når vi rører ved det unike vi er født til. Dette vil være ulikt for alle mennesker.

Det finnes noen enkle elementer som kan identifiseres i en misjonserklæring. Gjør dette med en bønn om åpenbaring og veiledning fra Den hellige ånd. Det er også en prosess som kan ta tid fordi du ofte må kjenne på det og få en bekreftelse. Det er ikke farlig å vokse inn i beskrivelsen ved å evaluere og gjøre endringer.

En måte å beskrive et oppdrag er som følger:

**HVEM** gjør **HVA** for **HVEM** og med hvilket **RESULTAT**

Ser vi på de to skriftstedene ovenfor kan vi avlede følgende:

Jesus (Hvem) var kommet for å vitne for sannheten (Hva) til verden (Hvem) for at de skulle ha liv og overflod (Resultat).

Jesus brukte ord for å beskrive dette. Vi kan også bruke ord for å beskrive vårt eget oppdrag. Du kan legge dette på flere nivå. Det kan være din oppsummering av det du leser i Skriften og måten du gjør det personlig for deg på. Kanskje er det noe som har vokst fram allerede. Du kan også ta deg tid i bønn og spørre Gud om konkretisering.

Det er også mulig å gå gjennom denne øvelsen. Her handler det om å identifisere ord som best beskriver det du tror du er kalt til. Når du kjenner entusiasme for noe så har dette sin opprinnelse i noe Gudgitt. Ordet kommer fra gresk og betyr *i Gud (En Theos)*.

Identifiser noen handlingsord som gir denne entusiasmen. Finn så målgrupper som er på ditt hjerte. Hvilke resultat kjenner du entusiasme for? Dette kan du bruke tid på, nettopp for å finne ordene som best beskriver det du brenner for. Du kan legge til ord og endre på erklæringen, men endemålet er at du skal kunne ha noe som du står bak og kjenner Guds bekreftelse i. Denne erklæringen kan være tidsavgrenset, men kan også være noe du kjenner som en livserklæring.

Øvelse:

### #1 HVA (handling)

Finn 2-3 ord som resonnerer med det du ønsker å gjøre. Dess skarpere du kan få det dess mer spisset blir erklæringen. Skriv dine utvalgte ord her:

---

---

---

### #2 HVEM (målgruppe/mottaker)

Identifiser en målgruppe du brenner for. Skriv målgruppen ned her:

---

### #3 RESULTAT

Det du er lidenskapelig opptatt av har et resultat. Hvilket ord reflekterer best det sluttresultatet du vil se.

---

#4 Skriv din egen misjonserklæring.

Eksempel:

Jeg (hvem) er kalt til å **opplyse, støtte og inspirere** (hva) **unge jenter** (hvem) til å kjenne sin **identitet** (resultat).

Jeg skal **lede og legge til rette** (hva) for at **hjemløse** (hvem) vises **verdighet** (resultat).

Jeg er født for å **utvikle, produsere og distribuere** (hva) innovativ **ernæring** (resultat) til **fattige** (hvem).

Vær kreativ i utformingen av din egen misjonserklæring. Bruk adjektiv og adverb til å nyansere, spisse og forsterke den.

**Min misjon:**

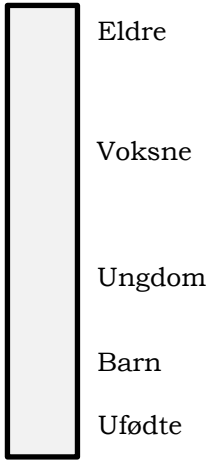
# Guds leire

Det ligger noe svært så ydmykt i det å være leire i pottemakerens hender. Selv om leire ikke har liv som mennesket, så er den samme avhengigheten til Gud det som setter oss fri til å leve. Dette handler om å ha en hjerteholdning og et tankesett som gir rikelig rom for Guds virke og inngripen. Hans hensikter er alltid større enn det vi forstår. Vi lengter ofte etter å oppnå ting og gjøre store bragder for Gud, samtidig som han er mest opptatt av nærheten i vår relasjon til ham. Frukten av nærheten er våre gjerninger og vårt eget virke. Det du gjør på det neste to sidene må holdes med åpne hender, samtidig som du jager etter det med fast tro til at Gud vil gjøre alt han har sagt. Bruk få og konsise ord til å beskrive de ulike elementene.

Å kunne sammenfatte noe i få ord fordrer dyp forståelse. Kanskje må du komme tilbake til dette, kladde litt, og tenke gjennom hva som skal stå der. Igjen, det er ment å være en hjelp for å skjerpe og klargjøre det Gud har lagt ned i deg. Her er det snakk om å finne punktet hvor din gudgitte lidenskap og entusiasme møter et behov og en kallsopplevelse.

Når du, i etterkant, ser på de to neste sidene, skal det tenne noe i deg, noe som du vet er en himmelsk gave lagt ned i deg. Det vil være et glimt av noe du kjenner du brenner for.

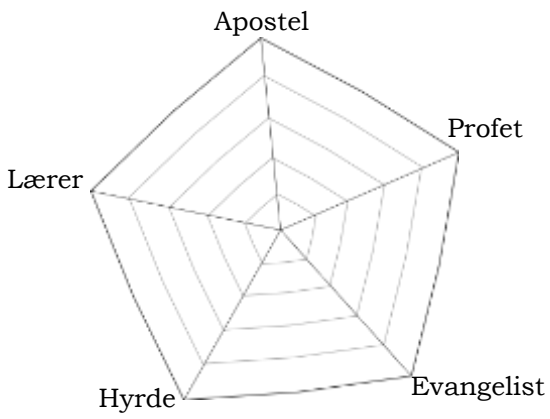
La åpenbaring, visdom og det åpenbare få uttrykk!



Aldersgruppe



Geografi



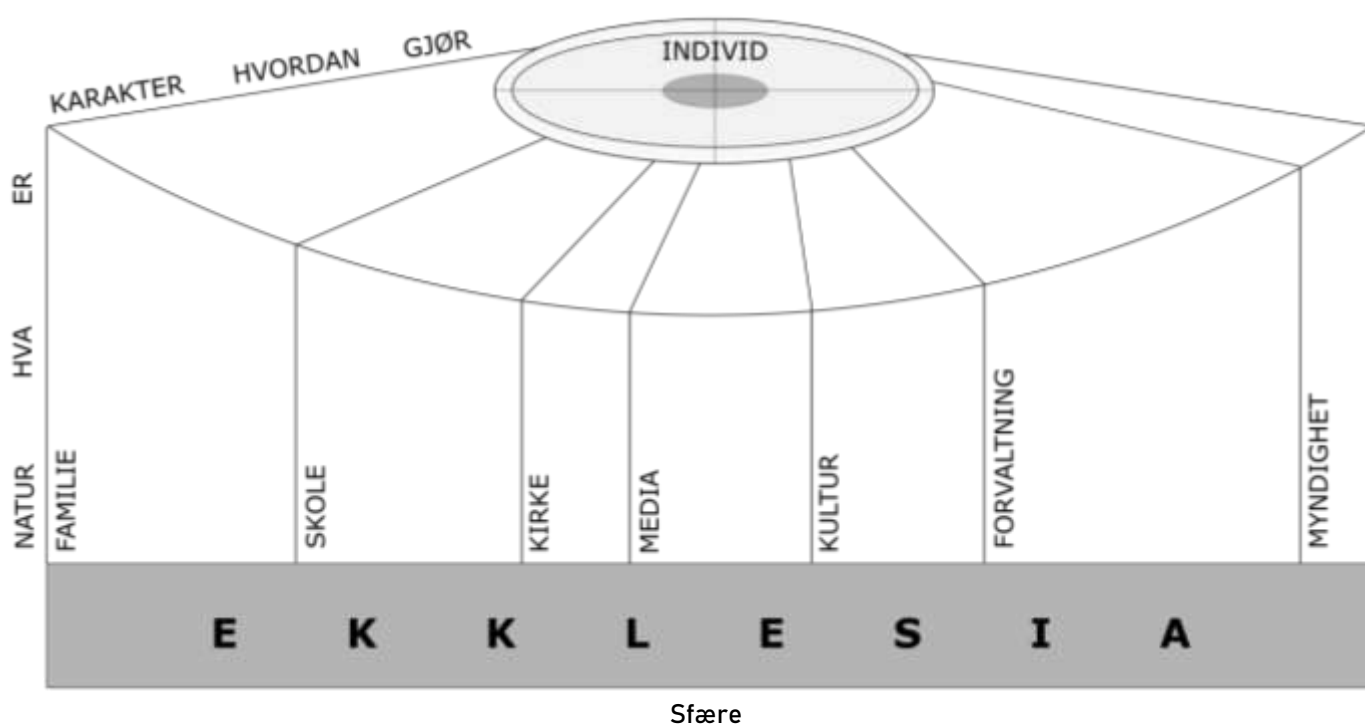
Visjonserklæring

Sikkerhet

Identitet

Tilhørighet

Åndens gaver

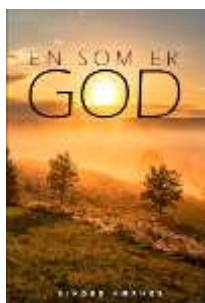
Misjonserklæring

Skriftsted - nøkkel

Hensikt

Kompetanse

## Andre bøker i serien



### En som er god

Kjenner vi substansen til vår egen tro? Hva tror vi egentlig? Denne boken søker å vise veg, både til Gud og til å starte prosessen med å beskrive et livssyn med Gud som kilde til alt. Her legges også grunnlaget for å forstå LivsKART-serien.



### LivsKART 1 - GRUNNSKISSE

Bygg en premissbasert forståelse av livet. Med Skriften som referanse får du innblikk i de fem mest fundamentale premissene for vår eksistens. Frihet kommer når du får se livet slik Gud gjør det. Bli kjent med LivsKART-illustrasjonen. Her får du substans for din tro.



### LivsKART 2 - STRATEGI

La premissene fra grunnskissen få liv. Lær grunnleggende strategier for å gjøre disipler av nasjonene. Her finner du nyttig hjelp til å engasjere deg og forløse andre i alle samfunnets sfærer.



**engage  now**

