

Andagshæfte til fasten 2020

# Wesley Challenge





Dette hæfte er udarbejdet af  
Metodistkirkens Børne- og Ungdomsforbund  
Foto: pxhere.com  
© Metodistkirken i Danmark 2020

# Wesley challenge

Har du også brugt masser af tid og forsøg på at løse en professorterning/Rubriks cube uden held? Det er frustrerende svært, når man ikke ved hvordan - og legende let, hvis man lige bruger 15 sekunder på YouTube og afkoder teknikken. Jeg kender ikke tricket, og fascineres derfor altid, når jeg møder nogen, der på næsten magisk vis kan forvandle farverne, så terningen lynhurtigt bliver ensartet på alle sider og udfordringen er klaret.

Nogenlunde sådan kan det også opleves, når man møder mennesker, som kalder sig kristne og lever i efterfølgelse i Jesus. Måske kender du følelsen af usikkerhed, når du ser hvordan andre udlever deres tro på Gud? Hvordan gør man? Hvor begynder man? Hvad skal det ende med?

Det er ikke nødvendigvis en hjælp at se på erfarne kristne, der så let som ingenting citerer skriftsteder fra Bibelen eller har alle de nye kristne sange på playlisten eller beder lange flot formulerede bønner i kirken eller altid har et godt svar parat i smågruppen eller bare i det hele taget virker som, om at de har et nært og naturligt forhold til Helligånden. Det kan virke så avanceret, at man bliver helt i tvivl, om man kan gøre dem kunsten efter eller om, man rent faktisk selv er kristen på den rigtige måde.

Det er heller ikke altid nogen hjælp at snakke med mennesker, som ikke tror på Gud, for der følger ofte fordomme med, og mærkelige forestillinger om, at det kristne liv handler om en masse regler og forbud sådan, at man næsten ikke kan genkende eller forklare, hvad det rent faktisk går ud på at følge Jesus.

Den bedste hjælp, du kan få, når du ønsker inspiration til at knække koden omkring det med at tro på Gud, er øvelse. Al begyndelse er frustrerende svær. Der er ingenting i verden som er legende let, hvis ikke man giver det op til flere forsøg og får sig noget teknisk livserfaring ved at fejle og prøve igen. Det kræver gåpåmod og ja... tro at opbygge et personligt forhold til Gud. Det kræver tillid og dedikation, hengivelse, overvejelse og fordybelse at finde sin egen måde at være kristen på... og fremfor alt tid til eftertanke.

John Wesley opfandt i sin tid en slags professorterning til dem, der gerne ville øve sig på at være kristen. Han gav os en række spørgsmål til overvejelse af hvordan efterfølgelse af Jesus kunne se ud for dem personligt. Vi tager det som en udfordring og kalder spørgsmålene for Wesley Challenge med reference til et studiemateriale, der er udarbejdet i Metodistkirken i USA i 2017.

John Wesley udgav flere gange lister med denne slags spørgsmål. Første gang, da han var præstestuderende i Oxford. Her var han leder af en temmelig hard core studiegruppe, der blev kaldt for "the Holy club" og som sammen satte sig for at holde hinanden ansvarlige for deres liv som kristne. De satte sig individuelle og fælles mål for hvad de gerne ville opnå i deres efterfølgelse af Jesus og spurgte løbende ind til hinanden.

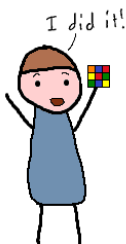
I fasten 2020 får du lejlighed til hver dag at kigge nærmere på spørgsmålene et ad gangen. Metodistkirkens Børne- og Ungdomsforbund i Danmark udgiver dette hæfte med korte personlige historier og refleksioner over hvert spørgsmål, som forhåbentligt kan være til inspiration i dit trosliv.

Brug hæftet dagligt til din personlige andagt eller tag spørgsmålene med til et møde i smågruppen, koret, klubben, patruljen og diskuter dem med andre, der også gerne vil udfordre deres liv med Gud.

*Må Gud udfordre dig ved sin Ånd, så du fascineres og forvandles til at leve et liv tæt på Jesus*

Louise Aaen, Formand for MBUF

The Advantages of Being Colorblind





NOT MY WILL  
BUT THINE  
BE DONE



# 1. Er Jesus virkelig for mig?

*Vi længes efter Herren, han er vor hjælp og vort skjold.  
Ham glæder vort hjerte sig over, vi stoler på hans hellige navn.  
Lad din godhed komme over os Herre for vi venter på dig.  
Salmernes bog 33: 20-21*

**CHRISTIAN CHARLES MADSEN, 20 år. Medlem af MBUFstyrelsen, leder på MBUF's ungdomslejre, Vejle:** For mig er det egentlig et sindsygt svært spørgsmål at svare på, fordi det er noget, som jeg for tiden går og kæmper rigtig meget med. Jeg får så mange indtryk af at gå i gymnasiet og ved at være ung, så kan det være vildt svært for mig at finde retning, og finde ud af, hvad der er rigtigt, og hvad der ikke er rigtigt, og derfor kommer der også en hel masse tvivl frem i mig og særligt ved det her spørgsmål. Nogle gange føler man, at han er der, og andre gange føler man bare, at han aldrig er der, fordi der hele tiden sker så mange dumme ting. Hvorfor er det så svært i skolen nogen gange fx, hvorfor hjælper han ikke dér? Nogle gange føler jeg, at han ikke er særlig virkelig, fordi han ikke er der nok for mig. Man kan jo lidt kalde det en troskrise, hvor det kan være hårdt at sige til sig selv, at han ikke er virkelig, for jeg vil jo gerne have, at han er virkelig. Men nogle gange er omstændighederne bare så-dan, at det kan han ikke være for mig lige nu, men jeg håber selvfølgelig, at han vil vise sig mere og mere for mig længere henne i mit liv, og at han bliver stærkere hos mig. Er Jesus virkelig? Det er et kæmpe stort spørgsmål, som jeg synes man skal tænke over selv. For tiden bliver det et nej for mig, men jeg håber, at han kommer.

**CHALLENGE:** Find en ven i kirken, som er 5-10 år ældre end dig selv, som du har tillid til at tale om de helt store livsspørgsmål med.

**BØN:** Vær du min glæde, vær du mit livs håb. Vær du den herre, der hører mit råb. Dagene glider forbi uden rast, hjælp mig at bede og holde dig fast.

**NOTER:**

## 2. Lever Bibelen i mig?

*Gud sagde til Noah og hans sønner: ”Dette er tegnet på den evige pagt, som jeg vil stifte mellem mig og jer og alle levende væsener hos jer.*

*Jeg sætter min bue i skyerne; Den skal være tegn på pagten mellem mig og jorden.” 1. Mosebog 9: 12-14*

**GABRIELLA AASKOV, 9 år. Deltager på MBUF’s børne- og between-lejr og engageret i børnekirken i Odense:** Jeg elsker at læse bibelhistorier. Jeg har 3 bibler. Jeg læser tit i dem, når jeg skal til at sove eller når jeg er i børnekirke. Jeg tror, at det er sundt og godt for mig ligesom en vitaminpille, der virker i mig. Jeg gemmer historierne inde i mit hjerte og kommer i tanke om dem, når der sker noget i løbet af dagen, som minder mig om det, jeg har læst. Fra jeg var helt lille elskede jeg historien om Noahs ark. Voksne kan også læse børnebibelen. Har du læst i bibelen i dag? Hvor mange bibelhistorier kan du huske?

**CHALLENGE:** Installer’ en bibel app på din mobil. fx ”Bibelen” eller ”Bibel app for børn” fra Life.Church. Her kan du følge læseplaner eller få dagens ord på din startskærm. Så har du altid Bibelen lige ved hånden.

**BØN:** Kære himmelske far, må dit Ord blive levende og bo i mig, så jeg aldrig glemmer, at jeg er dit barn.

**NOTER:**

### 3. Nyder jeg bøn?

*Det er godt at takke Herren og at lovsynge dit navn, du den Højeste,  
at forkynde din godhed om morgenen og din trofasthed om natten.*

*Salmernes bog 92: 2*

**KLUB 3, minikonfirmanderne i Strandby:** Vi kan godt lide bøn, fordi så kan man snakke med Gud. At bede er som at snakke i telefon med Gud. Det er som om, at når han tager den, så kan han høre, hvad man siger. Man kan sige lige hvad man vil, men Guds telefonnummer er Fadervor. Man kan også sige tak til Gud for at huske på alt det, man er glad for, fx. livet. Man kan sige undskyld, når der er noget, man er ked af, fx. hvis man er kommet til at sige noget grimt eller gøre nogen ondt, for så bliver det godt igen, og så holder det op med at gøre ondt i maven. Når man er færdig med at snakke med Gud, siger man altid Amen, fordi det er ligesom at sige farvel og tak. Det er rart at bede indeni sig selv, eller sammen med mor og far, inden man skal i seng, så kommer man til at tænke på noget godt og får gode drømme.

**CHALLENGE:** Lav en bønnebog, hvor du skriver dine egne bønner eller gemmer bønner, som andre har formuleret.

**BØN:** Jeg er tryk hos dig. Jeg kan be' til dig. Jeg vil lovsynge dit navn. Du har tid til mig, når jeg søger dig, min Herre, min Gud.

**NOTER:**





## 4. Når min samvittighed fortæller mig, at noget er forkert, gør jeg det så alligevel?

*Sigtet med påbudene er kærlighed af et rent hjerte,  
af en god samvittighed og af en oprigtig tro. 1. Timotheusbrev 1:5*

**MATHIAS BJØRN THOMSEN, 12 år. Deltager på MBUF's børne- & betweenlejr:** Når min samvittighed fortæller mig, at noget er forkert, så lader jeg være med at gøre det. Min samvittighed fortæller mig, hvad jeg egentlig godt ved er rigtigt, og den prøver at få mig til at lade være med at gøre dumme ting. Det er ligesom i tegnefilm, hvor man har en engel og en djævel på skulderen, samvittigheden er englen. Jeg kan godt blive fristet engang imellem, men så tænker jeg på, at jeg godt ved, hvad der er rigtigt og forkert, og jeg ved også, at jeg ikke har det godt bagefter. Hvis jeg gør noget, jeg ved er forkert, så prøver jeg at gøre det godt igen. Hvis det er mod et andet menneske, så siger jeg undskyld. Hvis det handler om mig selv, så husker jeg på, at jeg godt ved, hvad er rigtigt og forkert.

**CHALLENGE:**

Do all the good you can,  
by all the means you can,  
in all the ways you can,  
in all the places you can,  
at all the times you can,  
as long as ever you can.  
- John Wesley

**BØN:** Herre, hjælp mig med at skelne ondskab fra det gode.

**NOTER:**



## 5. Har jeg på nogen måde været ulydig mod Gud?

Og de siger til ham: »Mester, denne kvinde er grebet på fersk gerning i ægteskabsbrud, og i loven har Moses påbudt os at stene den slags kvinder; hvad siger du?« *Johannesevangeliet 8: 4-5*

**BASTIAN JUST JOHANSEN, 19 år. Leder på MBUFs nytårslejr og spejder i København:** Hvis man er blevet kristen gennem kirkegang og bibellæsning har man mødt mange karakterer i frygt for deres ulydighed mod gud. De har gjort noget som en farisæer eller præst har sagt er dybt forbudt, og derfor er de bange og ængstelige. I det 21. århundrede er der nok at være angst for, og der er tid til at overtænke alting. Man kan gribe sig selv i at have gjort noget i retning af hvad dem fra biblen har gjort, og så selv blive bange. Meget af det forbudte fra bibelen er dagligdag nu, så man kan blive overrumplet, hvis man prøver at sætte sine værdier i bibelens kasse. Men selv de værste af dem fra bibelen, dem som alle kastede sten efter. De blev tilgivet af gud gennem Jesus. Så tag en dyb indånding. Du er ikke for dårlig. Det er menneskeligt at fejle. Så længe du er menneske, så klarer du den.

**CHALLENGE:** Hvis du er din egen værste kritiker, så tag en *chill-pill* eller tryk på *pyt-knappen* en gang imellem. Guds nåde gælder også dig.

**BØN:** Nu er timen, hvor du dømmer alt det, vi gjorde, som vendte os bort fra vor næste og dig. Nu er timen, hvor du sletter alt det, der skiller, hvor du siger: Kom, og vær hjemme hos mig!

**NOTER:**

## 6. Tænker jeg over hvordan jeg bruger mine penge?

*Hvad hjælper penge i en tåbes hånd til at købe visdom,  
når han ikke har forstand? Ordsprogenes bog 17:16*

**FREJA AAEN, 16 år. Leder i børne- og ungdomsarbejdet og spejder i Strandby:** Det korte svar er ja. Jeg tænker over, hvor mine penge går hen, og hvad jeg får ud af at bruge dem. Jeg har opsparingen i baghovedet det meste af tiden - kørekort, den smadrede telefon, som skal skiftes, og så skal jeg jo også have en fed gymnasietid. Men alligevel er det som om, at mine penge forsvinder mellem hænderne på mig (selvom jeg jo nok ved hvad de går til). For jeg er helt fantastisk til at stille mine ”nu og her” behov. Junk, accessories, cola i kantinen, alkohol til fredagscafe osv. I januar sagde jeg til mig selv ”du må ikke bruge NOGEN penge overhovedet i denne måned”. Det var skide svært og jeg blev meget mere opmærksom på hvor nemt det er at bruge penge. Som ung bliver jeg bombarderet med modetips, musthaves og store rabatter. Jeg tager også mig selv i at bukke under for sætningen ”20% - kun i dag”. Men det er et giftigt marked, som kun tænker på penge og vækst. Og det er jeg ikke sikker på at jeg vil støtte.

**CHALLENGE:**

Earn all you can,  
save all you can,  
give all you can!  
- John Wesley

**BØN:** Velsign mig, Herre Gud, og lær mig at nøjes med mindre og undgå spild.

**NOTER:**







## 7. Giver jeg Bibelen lov til at tale til mig hver dag?

*Men dette er skrevet, for at I skal tro, at Jesus er Kristus, Guds søn, og for at I, når I tror, skal have liv i hans navn. Johannes 20:31*

### **ISABELLA HØNNICKE, 21 år. Leder på MBUF's ungdomslejre, Århus:**

Jeg må ærligt indrømme, det er slet ikke alle dage eller uger jeg læser i Bibelen. Nogle gange holder jeg mig helt fra at læse i Bibelen, fordi jeg er blevet såret af den. Eller rettere sagt, jeg er blevet såret af, hvordan andre kristne har brugt den imod mig, imod min tro og imod min seksualitet. Når jeg har det på den måde, bliver jeg nødt til at finde kontakt til Gud på andre måder. Gennem at snakke med Gud, finder jeg altid ro og hvile i den kærlighed, jeg får fra Ham. Det hjælper også at finde de steder i Bibelen, der fortæller om Guds kærlighed til os. Bibelen er en kærlighedsbog i mine øjne. Det handler om at være åben i sjæl og ånd, hvis du gerne vil have Bibelen til at tale ind i dit liv. Man kan ikke bare slå op på en random side og tænke ”det her skal snakke til mig”, man skal søge efter, hvad der rører sig, mens man læser.

**CHALLENGE:** Sæt 20 minutter af til stilletid i løbet af dagen i dag. Find dig et roligt sted, hvor du ikke bliver forstyrret. Læs et afsnit fra et af evangelierne, fx. historien om den fortabte søn hos Lukas 15:11-32. Spørg dig selv med et åbent sind og åbent hjerte: Hvad står der? Hvad betyder det? Hvad har det med mig at gøre? Bed Gud om at tale til dig og prøv at lytte. Læg mærke til indskydelser og fornemmelser, måske er det Guds måde at tale til dig på.

**BØN:** Helligånd! Tal til mig om Guds kærlighed.

**NOTER:**

## 8. Er jeg stolt?

*Den dag jeg råbte, svarede du mig, du fyldte mig med stolthed  
og gav mig styrke. Salmernes bog 138: 3*

**CLARA STEINVIG, 21 år. Leder på MBUFs ungdomslejre og leder i børne- og ungdomsarbejdet i Solrød:** Er jeg stolt...af min tro? Da jeg var lille talte jeg altid stolt og højt om min tro. Gennem tiden har jeg dog slået mig på de skepiske spørgsmål, nedværdigende blikke, og den evige tvivl, som folk på min vej har mødt mig med, og i dag er jeg ikke altid så frembrusende omkring at fortælle om min tro. Betyder det så, at jeg ikke længere er stolt af min tro? Tværtimod, til trods for alt dette, så er min tro stadig vedvarende og voksende, men jeg har lært, at ens tro er dyrebar, og man skal værne om den. Man skal vælge sine kampe mod de skeptiske blikke og spørgsmål. Man må acceptere, at man ikke altid har et svar, for tro er ikke noget, jeg ved eller har lært, det er noget, jeg har mærket, og som jeg tror på. Så svaret er, ja! Jeg er stolt af min tro.

**CHALLENGE:** Del dine tanker om fordele og ulemper ved stolthed med din sidekammerat i skolen eller din kollega i kantinen.

**BØN:** Herre! Bøj min stolthed under dig. Fjern al selvgodhed og tomt pral. Lær mig kun at være stolt i dig.

**NOTER:**

## 9. Er jeg udfordret på nogle områder af mit liv?

*Da stod Job op, flængede sin kappe og klippede sig skaldet.  
Så kastede han sig til jorden fyldt med ærefrygt og sagde:  
"Nøgen kom jeg ud af moders liv, nøgen vender jeg tilbage!  
Herren gav, Herren tog, Herrens navn være lovet." Jobs bog 1: 20-21*

**OSKAR EMIL GRAVERS NIELSEN, 21 år. Leder på MBUFs nytårslejr for unge og spejder i København:** Modsat hvad folk tror, er jeg faktisk ikke god til alt. Nej tværtimod stinker jeg til de fleste ting: sport, matematik, planlægning, deadlines og det der med at tage noget som helst seriøst. Generelt er jeg også en lidt sær person. Det har givet mig gevaldige udfordringer gennem hele min skolegang, lige såvel som det med deadlines. Det er nu ikke noget, jeg har det så slemt med, eller forbander gud over. Tværtimod er jeg taknemmelig over de udfordringer og den modgang, jeg har haft gennem mit liv, for når jeg kommer ud på den anden side, er jeg både blevet et stærkere og bedre menneske. Der skal udfordring til for udvikling. Lidt ligesom i Jobs bog, hvor i Job mister både husstand og familie, ja og dertil bliver han også frygteligt syg. Men efter, at Job har været igennem alt det og tænker "damn... this is rock bottom" kommer gud og viser ham universets hemmeligheder og derefter bliver Job rask. Han får en ny, større familie og en husstand langt større end den tidligere, og nu, hvor han har set universets hemmeligheder, er han visere end han var tidligere. Nu ved jeg godt, at jeg ikke bor i det mystiske land Ur, ligesom Job gjorde, og jeg har heller ikke mistet hele min familie og har (så vidt jeg ved) heller ikke byldepest. Men jeg er blevet stærkt udfordret på mange områder gennem mit liv, som jeg ikke lige gider gå i dybden med... men det korte og det lange er, at det virkelig stinker at være udfordret, men udbyttet gør det hele værd.

**CHALLENGE:** Overvej hvad du har lært af livets op- og nedture.

**BØN:** Tak Gud, når du af stumper samler meningen hos dig.

**NOTER:**



## 10. Går jeg i seng og står jeg op til tiden?

*Herrens troskab er ikke hørt op, hans barmhjertighed er ikke forbi, den er ny hver morgen; din trofasthed er stor. Klagesangene 3:22-23*

**KRISTIAN SCHRAM, 22 år. Spejder i Strandby:** Da jeg blev spurgt om det her spørgsmål var jeg lidt i tvivl om hvad mit svar skulle være, fordi umiddelbart var det et klart nej, men når man tænker over hvad "til tiden" egentlig betyder, begynder man at undre sig, fordi når man har fri, skal man jo ikke stå op til noget. Så kunne kl. 10 være "til tiden" lige så vel som kl. 14 eller 15. Når man vælger at gå sent i seng og stå sent op, så udskyder man egentlig bare i morgen, og man får ikke mere eller mindre søvn af den grund, og man bliver egentlig bare mere træt og trist. Man kommer ind i en ond cirkel, hvor man ikke kan sove om aftenen og sover 12-13 timer i streg. Man har i virkeligheden kun brug for et sted mellem 7 en halv og 9 timer, for at kroppen er udhvilet, selvom man godt kunne sove 2 eller 3 timer mere. Uanset situationen er det bedre at gå i seng i god tid og så stå op, mens dagen stadig er forholdsvis ny.

**CHALLENGE:** Lav en liste over gode ting, du har at stå op til.

**BØN:** Jesus, væk mit sløve sind, så jeg ikke går glip af glæden ved at være i live.

**NOTER:**

# 11. Er jeg slave af tøj, venner, arbejdsvaner?

*Til den frihed har Kristus befriet os. Stå derfor fast,  
og lad jer ikke atter tvinge under trælleåg! Galaterbrevet 5:1*

**LINE BERTELSEN, 23 år. Medlem af MBUF Styrelsen og leder i børnearbejdet, Vejle:** Jeg har de sidste 5 år udviklet mig omkring troen på mig som person. Jeg har lært hvor vigtigt det er at være tro mod sin egen krop og sig selv! Tøj og arbejdet er med til at vise, hvem jeg er - det har intet at gøre med, hvor det kommer fra, hvor dyrt det er, om det er nyt eller brugt. Mit arbejde er mit valg, det er min livsstil, et valg, jeg har truffet ud fra, hvad der gør mig glad, og hvad jeg har lyst til at lave, ikke et valg der handler om økonomien, eller hvad andre tænker. Er jeg slave af mine venner? – Jeg er ikke slave af mine venner, men de er uundværlige, da de er en del af mig, og er med til at gøre mig til den person, jeg er.

**CHALLENGE:** Vær opmærksom på, at det, der får lov at fylde at fylde i dit liv, også er det, som gør dig glad for at være den, du er.

**BØN:** Der er så mange, der er slaver, lænket fast til job og tid. Hjælp mig Gud at blive fri til at leve det liv, jeg drømmer om.

**NOTER:**

## 12. Hvordan bruger jeg min fritid?

*Tiden er inde, Guds rige er kommet nær;  
Omvend jer og tro på evangeliet! Markus 1: 15*

**CARSTEN AKELA BJERNO, 58 år. Spejder i København:** Hurra! Jeg skal dø! Eller - Hurra! Jeg har fået en gave, der er virkelig god. Jeg er så glad og taknemmelig for, at du og jeg kun er her en vis tid. Det gør vores tid mere værdifuld, både ud fra en udbud og efterspørgsel målestok og ud fra et moralsk/ etisk udgangspunkt. Når jeg har fået livet, så betyder det, at der må være en giver i den anden ende. Det være sig mine forældre og i sidste ende skabersens Gud, min Gud, din Gud, vores Gud. Livet, er givet med en så stor kærlighed, at lige meget, hvad vi gør eller ikke gør, så er jeg og du elsket. Det at leve i den kærlighed gør, at jeg med de kræfter og evner og gaver jeg har, føler mig fri og inspireret til at gøre godt. Ikke for at blive elsket og værdsat af mennesker, hvilket også er rart. Men fordi Jesus kom for at vise os hvad kærlighed kan gøre, og Ham vil jeg gerne lære af. En ny hobby, jeg har fået, det er, at gøre godt uden, at nogen opdager det. Bittesmå ting kan gøre store forandringer.

**CHALLENGE:** Grib livet! Gør noget godt i dag for nogen uden, at de opdager, hvem der har gjort det. Prøv det!

**BØN:** Jesus hjælp mig til at få det bedste ud af tiden, du har givet mig!



Cirklen med prikken i midten er et af de internationale spor tegn, som betyder ”Jeg er gået hjem”. Det bruges af levende poster på et spejderløb, når løbet slutter. Det findes også på Baden Powells gravsten. Hvad skal der stå på din gravsten?

**NOTER:**

# Inspiration

Christianity is essentially a social religion  
... to turn it into a solitary religion  
is indeed to destroy it  
- John Wesley

Prayer is where the action is  
- John Wesley

En metode til at leve tæt på Gud er at gøre brug af nådemidlerne (fx. bogen, badet, brødet, bønnerne, brødrene). John Wesley anbefalede igen og igen "*Holy conferencing*", dvs. det at komme sammen og tale om tro og liv med hinanden og bede. Han oplevede selv, hvordan samtaler med andre kristne åbnede hans øjne for flere facetter af hvad det kristne liv kunne bestå af. Sammen med vennerne og præstekollegerne begyndte han regelmæssigt at besøge fængslerne og de fattige og de nødlidende og hjælpe dér hvor han kunne med de midler, han havde til rådighed. Den sociale bevidsthed var en af gnisterne til den første metodisme, der spredte sig som en lynild og blev kæmpe stor. Derfor er det også vores udfordring til dig, at du deler dine tanker om spørgsmålene i denne bog med andre. Det vil åbne dine øjne for ny inspiration til dit trosliv og din tjeneste for Guds rige.

Catch on fire with enthusiasm and people will come  
- John Wesley



for miles to watch you burn

## 13. Prøver jeg at skabe et bedre indtryk af mig selv end jeg burde?

*Kom til mig alle I som slider jer trætte og bærer tunge byrder, og jeg vil give jer hvile. Tag mit åg på jer og lær af mig, for jeg er sagtmødig og ydmyg af hjertet, så skal I finde hvile for jeres sjæle. For mit åg er godt og min byrde er let. Matthæusevangeliet 11: 28-30*

**JONAS ROBENHAGEN HJØRNE, 27 år. Medlem af MBUF Styrelsen og spejder i Strandby:** Ja det gør jeg, og nogle dage føler jeg at det er en konstant kamp. Hver eneste gang jeg åbner en app på min telefon, er det en konkurrence, hvem har det flotteste hår, de pæneste negle og det smartest tøj? Det er forfærdeligt at det er sådan, og selvom det er en grim generalisering, så tror jeg, at størstedelen af os går mere op i hvordan andre ser os, end hvordan vi ser os selv. Vi burde være meget bedre til at acceptere, hvem vi er og hvordan vi ser ud, men det er bare så pokkers svært. Lige siden jeg har været helt lille, har jeg altid fået at vide, at en af livets udfordringer er at lære at hvile i sig selv. Jeg håber ikke, at jeg er gammel og grå, før jeg når dertil, for der er ingen tvivl om, at det er nu her i slutningen af mine ungdomsår, at jeg har allermest brug for det.

**CHALLENGE:** Tæl hvor mange gange du sammenligner dig selv med andre i dag

**BØN:** Jesus lær mig, hvad det vil sige, at hvile i mig selv.

**NOTER:**



## 14. Hvilket billede tegner jeg af mig selv?

*Dine gudebilleder, beklædt med sølv og guld,  
dine støbte billeder, overtrukket med vind og tomhed,  
skal du regne for urene og smide væk som skarn.  
Ud! skal du sige til dem. Esajas bog 30:22, 40:29*

**MATHILDE HAVSKOV JENSEN, 21 år. Leder på MBUF's ungdoms-**  
**lejr:** Jeg kan godt lide at fortælle om mig selv på en måde, som får mit liv til at virke perfekt. Men hvorfor egentlig det? Det er nemt at snakke om det, der ser perfekt ud. Jeg tror, at vi har svært ved at fortælle hinanden om det svære og dårlige, der sker, eller det, som bare ikke er imponerende. Vi skal prøve at tale med hinanden om hvad det virkelig liv er, ikke det perfekte. Vores ide om det perfekte liv er hul og kan aldrig blive inderlig og personlig. Mennesker kan ikke udleve den slags perfekte liv, fordi vi er komplekse og har potentiale til mere end hvad den ide tilbyder. Gud har skabt os i sit billede og det, er det virkelige. Jeg, og nok også andre, skal øve mig i at vise det virkelige liv frem, fordi Gud har givet os det virkelige liv – dette liv – med alle op- og nedture og det skal vi være stolt af og taknemmelige for.

**CHALLENGE:** Vær dig selv - du er den eneste, der kan!

**BØN:** Kære Gud, I dit billede har du skabt mig til at ligne dig! Hjælp mig til at blive den bedste udgave af mig selv ved at viske de falske billeder ud.

**NOTER:**

## 15. Brokker jeg mig konstant?

*Gør alt uden at give ondt af jer og uden indvendinger, så I kan være uangribelige og uden svig, Guds lydefri børn midt i en forkvaklet og forvildet slægt, hvor I stråler som himmellys i verden.*

*Filliperbrevet 2: 14-15*

**LINE BRENDES, 20 år. Leder på MBUF's ungdomslejre og spejder i København:** Typen, der vil have det, jeg ikke har, det er mig. Jeg har blå øjne, jeg vil have brune. Jeg har glat hår, jeg vil have krøller. Jeg får 4 i skolen, jeg vil have 12. Jeg er blondine, jeg vil være brunette. Jeg brokker mig tit over, at jeg ikke er god nok. Men jeg glemmer ofte de ting, jeg er god til, som fx at snakke med mennesker og være social. Det er jeg virkelig god til. Men eftersom jeg har så let ved det, føler jeg det ikke som noget specielt. Selvom jeg ved, der er andre der ville ønske, at det var dét, de var gode til. 4 og 7 i skolen er jo slet ikke dårligt, det er bare ikke bedst. Det tænker jeg bare ikke over. Jeg brokker mig i stedet over, hvorfor jeg ikke er som ham eller hende, der får 12. Jeg vil være bedst til alt, selvom jeg ved at det ikke kan lade sig gøre.

**CHALLENGE:** Overvej om det, der kommer ud af din mund bidrager med noget positivt.



Hvis du ikke kan sige noget pænt,  
så hold din bøtte  
- Stampe

**BØN:** Kære Gud, lad alle mine ord udtrykke og afspejle, at jeg tror på dig

**NOTER:**

## 16. Er jeg til at stole på?

*I øvrigt brødre, alt hvad der er sandt, hvad der er ædelt, hvad der er ret, hvad der er rent, hvad der er værd at elske, hvad der er værd at tale godt om, kort sagt, det gode og det rosværdige, det skal I lægge jer på sinde.*

*Filipperbrevet 4:8*

**JONATAN STEINVIG, 24 år. Leder på MBUF's ungdomslejre og leder i ungdomsarbejdet, København :** I Danmark er vi født til at stole på hinanden. Vi har i vores land en grundlæggende tillid til vores medmennesker og "systemet", som kan være svær at finde mange andre steder i verden. Tillid i mit liv har altid været en selvfølgelighed. Det har egentligt altid været let for mig at stole på mennesker, fordi hvorfor skulle jeg dog ikke stole på dem? Jeg oplever jo kun, at de vil mig godt. For tre år siden på en rejse til Honduras blev jeg udfordret på denne selvfølgelighed; at kunne stole på mennesker. Jeg mødte blandt andre en fantastisk livsbekræftende kvinde, der havde kæmpet sig op fra fattige kår på landet til en universitetsuddannelse og et godt job, så hun ikke bare kunne brødføde sig selv, men også sin familie. Hun var en solstrålehistorie, og hun var stolt på sit lands vegne, selvom om hun om nogen også kendte dets skyggesider. Hun fortalte noget, som printede sig ind i hjerne og hjerte på mig; "I Honduras er vi født til ikke at stole på nogen – ikke en gang vores nærmeste venner eller familie". Det skabte i første omgang en enorm ulykkelighed at høre. En ulykkelighed over, at vilkårene i dele af verden er således, at man ikke nødvendigvis kan stole på sine nærmeste på grund af for eksempel fattigdom eller korrupsion. Samtidig skabte det en anledning til refleksion over mit eget liv i Danmark. Det lærte mig blandt andet, at ligesom jeg skal værne om mit trosliv, hvis jeg gerne vil have, at det udvikler sig og vokser, så skal jeg også huske at gøre mit bedste og værne om, at mennesker kan stole på mig. Det skal jeg gøre, så hverken jeg selv eller min omverden glemmer, at vi kan og skal kunne stole på hinanden, fordi det er ikke en selvfølgelighed.

**CHALLENGE:** Practice what you preach!

**BØN:** Hjælp mig Jesus til i ansvar og tillid at følge din vej

## 17. Takker jeg Gud for, at jeg ikke er som alle andre?

*Jeg takker dig, fordi jeg er underfuldt skabt, underfulde er dine gerninger,  
jeg ved det fuldt ud! Salmernes bog 139: 14*

**ESTHER-MARIE BEZAWIT BJERNO, 11 år. Deltager på MBUF's børne- og betweenlejr og engageret i børnearbejdet i Vejle:** Jeg takker til tider Gud for, at jeg ikke er som alle andre. Jeg takker Gud for, at jeg er anderledes, når jeg hjælper nogen, der bliver drillet eller har slået sig. Det er nemlig ikke alle, der hjælper. Jeg har lært ved at bruge min børnebibel app, at det er vigtigt at hjælpe, for det er ikke sikkert, at der er andre, der gør det. Så det er vores opgave at hjælpe. Men det er ikke altid, at jeg takker Gud for at være anderledes. Da jeg var mindre var det svært at se anderledes ud, fordi min hudfarve er forskellig fra de fleste af mine venners, men i dag har jeg lært at bruge det som en fordel. Så nu takker jeg også Gud for det. At være blandt få andre i klassen, der går i kirke, er også en måde at være anderledes på. Men da jeg gik til minikonfirmand med klassen, var det fedt at kende mange af svarene. Så der takkede jeg også Gud for at være anderledes.

**CHALLENGE:** Brug din fantasi og se dig selv og alle andre med Guds øjne, så opdager du helt sikkert, hvor meget du og andre omkring dig betyder for Gud.

**BØN:** Jeg er fin, for du har skabt mig. Jeg er værdifuld, fordi du elsker mig. Jeg er skøn og dejlig i dine øjne. Jeg er en diamant i dine hænder. Skidt med om nogen siger, at jeg er dum, for i mit hjerte hvisker du sandheden: Du er mere værd end GULD. Jeg er din øjesten. Din lille skat. Du er glad for, at jeg er til. Jeg vil takke dig, så længe som jeg lever og aldrig glemme, hvem jeg er.

**NOTER:**



## 18. Er jeg jaloux, uærlig, kritisk, irriteret eller mistænksom?

*Jesus sagde til ham: "jeg er vejen, sandheden og livet"  
Johannesevangeliet 14: 6*

**DANIEL STEINVIG, 27 år. Medlem af MBUF Styrelsen og leder i ungdomsarbejdet, København:** At være irriteret, jaloux, uærlig eller mistænksom er indre oplevelser, jeg tror, alle mennesker kender til – jeg gør i hvert fald. Det er nærmest som instinkter i vores menneskelige natur, vi reagerer på. På egen hånd kan det være svært ikke at give efter for de følelser, selvom vi måske godt ved, at de ikke er gode. Vi har brug for hjælp, nogen til at lede os på vej. For mig er Jesus den vejviser. Jeg må dagligt vælge om jeg vil reagere på instinkterne eller om jeg vil forsøge at efterligne Jesus i ord og handlinger; ord sagt i kærlighed og handlinger gjort i retfærdighed. Det lykkes mig ikke altid, langt fra faktisk. Men jeg vælger at prøve, fordi jeg ellers ville gå til grunde i min egen jalousi, uærlighed, irritation og mistænksomhed.

**CHALLENGE:** Tæl til 10, før du reagerer på en mavefølelse. Tænk før du taler. Spørg dig selv, hvad ville Jesus have gjort?

**BØN:** Herre, vis mig din vej og gør mig villig til at gå den

**NOTER:**



## 19. Taler jeg sandt i alle mine ord og handlinger eller overdriber jeg?

*Kvinden ved brønden sagde til Jesus: "Jeg ved, at Messias vil komme; når Han kommer, vil han fortælle os alt, så vi kan tilbede Gud i Ånd og sandhed." Jesus sagde til hende: "Det er mig, der taler til dig."  
Johannesevangeliet 4: 25-26*

**MATHIAS FLINCK, 31 år. Leder i ungdomsarbejdet, København:** Ja. Eller nej. Det præcise svar er nok det samme, som når man svarer på en Facebook-begivenhed: Et stilsikkert 'måske'. Sandheden er nok, at det til tider kan være svært at vide, hvad sandheden i virkeligheden er – altså hvad der er sandt i mit liv. Til tider kan det virke umuligt finde ud af, hvad der er sandt: Prioriterer jeg min tid rigtigt? Gør mine nærmeste mig reelt glad, eller vælger jeg dem til, for at fremstå på en bestemt måde? Men selv om begrebet sandhed kan være svært at få greb om, så oplever jeg, at i fællesskaber, hvor Gud er i centrum, der er jeg glad. Dér spekulerer jeg ikke, men lever blot. Jeg har altid fundet det underligt, at Jesus i Biblen er citeret for, at "Jeg er vejen og sandheden og livet." Men i al min måskehed opdager jeg konsekvent – selvom jeg ofte forsøger at flygte fra det – at det er sådan: At de steder, hvor fællesskabet handler om Gud, dér er jeg til. Der er jeg den sande udgave af mig selv.

**CHALLENGE:** Let your words be a genuine picture of your heart - John Wesley

**BØN:** Herre, vis mig sandheden om mig selv, så jeg ved hvordan jeg kan følge dig

**NOTER:**

## 20. Er der nogen, som jeg frygter, ikke bryder mig om eller ikke respekterer?

*Brødre, jeg kan ikke tale til jer som åndelige mennesker, for I er stadig kødelige mennesker, når der er misundelse og splid imellem jer.*

*1. Kointherbrev 3: 1-3*

**AMALIE RATLEFF HANSEN, 21 år: Leder på MBUF's ungdomslejre og i børne- og ungdomsarbejdet i Solrød:** Jeg prøver altid at se det bedste i folk, og jeg har altid set Gud, som en tilgivende Gud. Jeg har altid følt, at Gud nok vil være der til at skubbe mig på rette spor, hvis jeg kom til at træde lidt udenfor linjen. Som ung prøver man jo ting af og selvom jeg har gjort nogle dumme ting gennem tiden, har mit liv altid været fyldt med glæde og positivitet. Alligevel har jeg oplevet nogle store svigt fra folk, som jeg anså som venner. Da jeg gik i folkeskole var min bedste veninde en klassekammerat, som jeg altid snakkede med. En dag var hun blevet syg, og som vi ellers altid gjorde, havde hun denne gang ikke skrevet til mig. Trods alle mine beskeder gik der 10 dage, indtil jeg fik fortalt af en anden ven, at hun var kommet i plejefamilie, flyttet til Jylland og ikke kom tilbage til skolen. Det var hårdt at finde ud af, at hende, som skulle havde været min bedste ven, havde skjult noget så længe for mig. I en situation som denne har det været en lettelse for mig at vide, at selvom der vil være folk på min vej, som skuffer mig og som jeg vil have svært ved at respektere på grund af deres handlinger, så vil Gud altid elske alle mennesker, selv når jeg kan have svært ved det, samtidig med, at Han også altid tilgiver og er der for mig.

**CHALLENGE:** We need not think alike  
to love alike  
- John Wesley

**BØN:** Fadervor! Tilgiv vor skyld, som også vi tilgiver vore skyldnere

**NOTER:**





## 21. Hvornår talte jeg sidst med nogen om min tro?

*Denne Jesus har Gud ladet opstå. Det er vi alle vidner på.  
Han er ophøjet til Guds højre hånd og har fra Faderen fået Helligånden  
som lovet, og den har han nu udgydt. Det er det, I både ser og hører.  
Apostlenes gerninger 32-33*

**JEANNE HELSINGHOF ANDERSEN, 22 år. Leder på MBUF's ungdomslejre og i ungdomsarbejdet i København:** Da jeg fik dette spørgsmål, tænkte jeg; "Dét kan jeg fint svare på - det gjorde jeg tidligere i denne uge". Jeg talte med mine nye kollegaer. Jeg fortalte dem, at jeg kom i en metodistkirke, og at jeg lavede en del ungdomsarbejde der. Jeg taler egentligt ret ofte med nogle om min tro. Eller når jeg tænker over det, så taler jeg i hvert fald ofte med nogle om min kirke. Om det arbejde, vi laver. Men taler jeg egentligt om "min tro"? Om mit forhold til det at tro. Om hvad det betyder for mig at komme i en kirke? Det taler jeg helt sikkert sjældnere om, end jeg taler om kirke, ungdomsarbejde, gudstjenester osv. Det er på en måde nemmere for mig at tale om de konkrete og fysiske ting, vi gør som kirke, end det er at tale om min personlige tro. Især når jeg taler med nye mennesker i mit liv. Måske er det fordi, jeg føler, at det kommer for tæt på, når jeg taler om mit forhold til Gud. Men for mig er det enormt vigtigt at dele min tro med nogle, som jeg er fortrolig med. En som kender mig. En der vil lytte uden at vurdere eller bedømme mine tanker og følelser. Det er vigtigt for mig, fordi jeg har fundet ud af, at jeg først rigtig forstår mine egne tanker og følelser, når jeg får sat ord på dem, og deler dem med mennesker.

**CHALLENGE:** Slut din dag af med at gennemtænke, hvordan og hvornår Gud brugte dig som et redskab for sin kærlighed

**BØN:** Kære Gud, led mig til steder og mennesker, hvor jeg kan dele mig tro og forhåbentlig gøre en forskel

**NOTER:**

## 22. Hvordan udtrykker jeg min tro?

*Jeg vil synge for Herren så længe jeg lever, jeg vil lovsynge min Gud,  
så længe jeg er til. Salmernes bog 104*

**JULIE MØLLER BIE, 34 år. Leder af gospelkoret Voices of Praise, Århus:** Jeg udtrykker min tro, ved hjælp af musik. Jeg beder igennem musikken, for mig selv, for folk, jeg ikke kender, og for min menighed. Jeg forkynder også igennem musikken, og åbner dørene op til kirken igennem den. Det kan være med gospelmusik, men også med lovsang. Jeg er ikke ret god til ord og samtale om tro. Det er som om alting slår knuder, og jeg bliver bremset i at fortælle, hvor stort jeg synes, det er. Men når jeg så synger, så flyder alting meget nemmere! Pludselig kommer tusind ord og udtryk flyvende. Og det fantastiske, som jeg tror på, bliver beskrevet og malet for alle, så ingen er i tvivl.

**CHALLENGE:** Lav en playliste med sange, der opbygger og udbygger din tro. Start med nogle sange, du kender og kan li' og udvid senere med flere forslag fra YouTube eller en anden streaming-tjeneste.

**BØN:** Himmelen synger af glæde. Halleluja! For vores liv, dit og mit, skal altid forkynde om Gud.

**NOTER:**

## 23. Vil jeg trofast undervise børnene?

*Lad de små børn komme til mig, det må I ikke hindre dem i, for Guds rige er deres. Sandelig siger jeg jer: Den, der ikke modtager Guds rige som et lille barn, kommer slet ikke ind i det. Og han tog dem i favn og lagde hænderne på dem og velsignede dem. Markus 10: 14-16*

**ANNE THOMPSON, 38 år. Medlem af MBUF styrelsen, leder af børnearbejdet og præst i Vejle og Århus:** Alle præster i Metodistkirken bliver spurgt, om de trofast vil undervise børnene, før de bliver ordineret. Det er noget, som John Wesley har fundet på, fordi han synes, det var vigtigt at alle prædikanter havde kontakt med børn og tog sig godt af dem. Det var ikke kun mad og tøj, børnene skulle have. De skulle også lære at læse, regne og skrive, så de kunne klare sig godt i livet. Så børn har altid været vigtige i Metodistkirken, og det er de, fordi børn er vigtige for Gud. Jesus sagde, at når vi tager imod et lille barn, så er det ham selv, vi møder. Det betyder både at vi kan lære af børn, og at vi kan møde Jesus i børn. Så selv om du ikke er rejseprædikant, så er spørgsmålet også rettet til dig: Vil du lære af og sammen med børn? Vil du tage dig godt af de børn, du møder?

**CHALLENGE:** Giv dig tid til et barn i dag. I kan lege, klatre i træer, læse en historie eller spille et spil. Kender du ikke nogen børn, så meld dig som hjælper på en børnelejr eller til en aktivitet for børn i kirken, så lærer du nogen at kende og lærer med garanti noget om dig selv. Btw... det giver godt til cv'et.

**BØN:** Kære Gud, hjælp os at se det største i de mindste

**NOTER:**



## 24. Vil jeg anbefale faste eller mådenholdenhed ved mit eget eksempel?

*De sagde til ham: »Johannes' disciple faster ofte og holder bøn; det samme gør farisæernes disciple; men dine, de spiser og drikker.« Jesus sagde til dem: »Kan I få brudesvendene til at faste, mens brudgommen er sammen med dem? Men der kommer dage, da brudgommen er taget fra dem; i de dage skal de faste.« Lukasevangeliet 5: 33-36*

**BETTINA PEDERSEN, 53 år. Spejder i Rønne:** Mange vil nok sige nej, for så skal jeg lade være med at spise - det kan jeg ikke! Jeg vil vende spørgsmålet 180 grader og så sige at faste ikke blot er at fravælge mad, det er for mig meget, meget mere. Faste er at rette FOKUS - rette fokus på, hvad der er vigtigt for mig, hvad der giver mig energi. Rette fokus på, hvilke ting i mit liv, der er tidsrøvere, for at jeg kan fyldes med Guds kærlighed og derigennem have energi til den tjeneste, jeg står i. Svaret på spørgsmålet bliver for mig et klingende JA. Et JA, der gør, at faste og mådenholdenhed ikke bliver et surt fravalg, men en vej til at rette fokus mod de ting, som giver energi i dit liv. Faste er for mig en hjælp til at fravælge ting, at omprioritere, så Kristus kan få en større plads i mit liv.

**CHALLENGE:** Lad fastetiden være en tid med fokus på Jesus. Prøv f.eks. at undvære mad eller skærm i et døgn og se hvad det giver plads til.

**BØN:** Kære Gud, hjælp mig med at prioritere ting i mit liv, så min opmærksomhed mod dig bliver større og min selvoptagethed bliver mindre

**NOTER:**

## 25. Stræber jeg efter fuldkommenhed i kærlighed?

*Så vær da fuldkomne som jeres himmelske fader er fuldkommen!*  
*Matthæus 5: 48*

**DUNCAN THOMPSON, 39 år. Præst på idrætsefterskolen Lægården, Holstebro:** At stræbe efter fuldkommenhed i kærlighed er for mig nok det største spørgsmål, der bliver stillet under den historiske prøve, når en præst bliver ordineret. Det kræver, at man, når man svarer 'ja', er villig til at ligge alt andet til side for denne søgen, samtidigt med, at man er nødt til at tage alt op og med sig i sit svar. Det lyder lidt paradoksalt. For at svare ja, er man nødt til at ligge alle sine egne selviske ønsker, tanker og følelser til side. På samme tidspunkt er man nødt til at kunne tage alle sine relationer, med familie, venner, bekendte, ubekendte og også fjender, med sig og bære dem i kærlighed. Det kræver, at man kigger dybt ind ad til dagligt, og undersøger alle sine motivationer for alle sine handlinger, tanker, følelser og ord. Heldigvis er det ikke noget, vi skal gøre alene, men når vi åbner os selv op til Helligånden, får vi styrken til det - hvis vi vil.

**CHALLENGE:** Læs Galaterbrevet 5: 22 og overvej hvilken én af Åndens frugter, du ville ønske, at Gud ville lade vokse frem og modnes i dig

I continue to pray about a revival of holiness in our day that moves forth in mission and creates authentic community in which each person can be unleashed through the empowerment of the Spirit to fulfill Gods creational intentions.

- John Wesley

**BØN:** Kære Helligånd, bliv i mig og jeg i dig

**NOTER:**

## 26. Kender jeg Gud som en tilgivende Gud?

*Herren din Gud er hos dig, helten, der bringer frelse. Han fryder sig i glæde over dig og viser dig sin kærlighed på ny. Sefanias bog 3: 17*

### **MARIA THAARUP, 29 år. Spejder- og ungdomspræst & præst i Århus:**

Jeg oplever gang på gang, at jeg begår fejl, selvom jeg gør alt hvad jeg kan for at undgå det. Store som små fejl. Og hver gang, hver evig eneste gang, står Gud midt i rodet sammen med mig. Ikke en Gud, som er ligeglad med mig eller ligeglad med hvordan jeg agerer i tanke, ord eller handling, men en nærværende, levende, kærlig og tilgivende Gud. Selvfølgelig har der været situationer, hvor jeg mente, at Gud var langt væk og nok havde glemt lille mig. Det tror jeg er en meget menneskelig følelse at opleve, ligesom da Jesus hang på korset og råbte: Elí, Elí lemá sabaktáni – Min Gud Min Gud, hvorfor har du forladt mig? (Matt. 27:46) Jeg oplever ofte, at ligesom John Wesley lærte os, så har etikken og moralen givet mig et kompas at navigere efter, som hjælper mig til at finde ud af, hvad der er op og ned på godt og ondt. Og hvis jeg så fejlbedømmer, eller lader mine følelser fylde på uhensigtsmæssige tidspunkter, og jeg gør usmarte ting, så kan jeg med det samme erfare det med den dårlige smag i munden. Så ændrer jeg naturligvis min uønskede adfærd, men hele tiden i den rejse med mig selv, står den kærlige og tilgivende Gud ved min side. Som en forældre, der forsøger at opdrage sit barn til at træffe de rigtige valg, er Gud med mig i alle mine valg, og det er ikke spor dømmende eller skræmmende, men kun trygt og rart. Tilgivelse er noget, vi alle sammen har brug for, og jeg tror, vi skal turde tale mere om vores fejltrin og synd, så vi kan erfare og dele den helbredende og søde frelse.

**CHALLENGE:** Hvis du ikke allerede har 1-2 venner, som du kan dele alt med i fortrolighed, nogle, som tør fortælle dig, når du er på gale veje og som vil lytte og hjælpe dig, når tingene er svære, så find nogen.

**BØN:** Tak Jesus, at vi aldrig skal gå alene, men at du går med og er med os alle dage

**NOTER:**

## Eftertanke

Formålet med denne bog er ikke at tvinge dig til at virke overdrevet from, men er tænkt som en hjælp til at overveje for dig selv, hvordan du vil leve som kristen. Fastetiden er en god tid til at åbne sit hjerte, hoved og hænder for nye måder at føle, tænke og handle på, fordi den varer 40 dage (læs: lang tid) og det tager lang tid at indøve nye vaner. Vi håber, at du har taget udfordringen op og fordybet dig i nogle af de spørgsmål, som John Wesley stillede sine venner og medstuderende i "the Holy Club" for snart 300 år siden. Måske har nogle af siderne på professorteringen fået lidt flere farver? Forhåbentlig har du fået glæde af at læse, hvordan MBUF'ere har reflekteret over spørgsmålene, og måske har du fået mod til at notere dine egne svar. Vi forestiller os ikke, at du efter fasten er færdig med denne bog, men vi håber, at du kan få gavn af den i lang tid fremover, ja vi håber faktisk, at du aldrig bliver færdig med den, men kan blive ved med at finde nye svar og måske endda stille nye spørgsmål.

De bedste hilsner og max bless fra MBUF

The best thing of all is, God is with us!

- John Wesley









**METODISTKIRKEN**  
KIRKE MED HJERTE HOVED OG HÆNDER