

1 søndag i fastetiden 2021

Lectio Divina

(Åndelig lesning)

1. Sett deg ned for deg selv, på et stille sted, og finn deg en god stilling, der du kan finne ro og hvile hos Herren. Pust dypt.
2. Be Den hellige ånd om hjelp til å lytte til teksten.
3. Les teksten flere ganger, inntil du kan merke at du er helt «tilstede» i teksten. Prøv å forestille deg at ordne er talt til deg. Let etter kjernen (et vers eller en setning) i det Gud taler.
4. Gi Gud din respons i bønn. Du kan f. eks. be om at teksten må bli til virkelighet i livet ditt.
5. Fortsett deretter med bønn for dagen og bønn for andre mennesker.
6. Søk en enda dypere stillhet. Tilbe den treenige Gud, Fader, Sønn og Den Hellige Ånd.

Meditasjonstekst

Matt 16,21-23

21 Fra da av begynte Jesus Kristus å gjøre det klart for disiplene sine at han måtte dra til Jerusalem, og at de eldste, overprestene og de skriftlærde skulle la ham lide mye. Han skulle bli slått i hjel, og den tredje dagen skulle han reises opp. 22 Da tok Peter ham til side og ga seg til å irettesette ham: «Gud fri deg, Herre! Dette må aldri hende deg.» 23 Men Jesus snudde seg og sa til Peter: «Vik bak meg, Satan! Du vil føre meg til fall. Du har ikke tanke for det som Gud vil, bare for det som mennesker vil.»

Tilleggstekster

1 Mos 4,1-7

1 Mannen var sammen med sin kvinne Eva, og hun ble med barn og fødte Kain. Hun sa: «Jeg har båret fram en mann ved Herrens hjelp.» 2 Siden fødte hun Abel, broren hans. Abel ble sauegjeter, Kain ble jorddyrker. 3 Da det var gått en tid, hendte det at Kain bar fram for Herren et offer av åkerens grøde. 4 Også Abel bar fram et offer, av de førstefødte dyrene fra småfeet og av fett på dem. Herren så med velvilje på Abel og offeret hans, 5 men på Kain og hans offer så han ikke med velvilje. Da ble Kain brennende harm og så ned. 6 Herren sa til Kain: «Hvorfor er du harm, og hvorfor ser du ned? 7 Hvis du vil gjøre det gode, kan du se opp, men hvis du ikke vil gjøre det gode, ligger synden klar ved døren. Den ønsker makt over deg, men du skal herske over den.»

1 Kor 10,10-13

10 Og la oss ikke være misfornøyde og murre, slik noen av dem gjorde, de som ble drept av ødeleggeren. 11 Det som hendte med dem, skulle være til advarsel. Det ble skrevet til rettledning for oss, og til oss er de siste tider kommet. 12 Derfor må den som tror han står, passe seg så han ikke faller! 13 Dere har ikke møtt noen overmenneskelig fristelse. Og Gud er trofast, han vil ikke la dere bli fristet over evne. Nei, når dere blir fristet, vil han vise en utvei, slik at dere kan holde ut.

Bruk gjerne bønnen nedenfor:

”Herre Jesus Kristus,
du står her foran meg,
du er også bak meg,
du er på min høyre side,
du er på min venstre side,
du er over meg,
du er under meg,
du omgir meg på alle sider,
du bor i mitt hjerte,
du gjennomtrenger meg helt,
og du elsker meg, Herre Jesus!”