

Bibelvis

om att växa och studera

en **Växa**Bok

Lena och Otto Rimås



Innehåll

Del 2: Idébank **119**

Guide till egen bibelläsning **121**

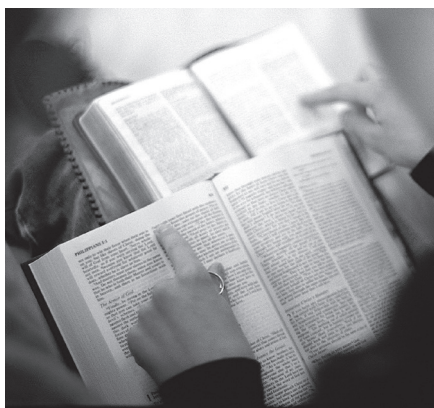
A. Några goda skäl att studera Bibeln	123
B. Att tänka på när man studerar Bibeln	125
C. Att tolka och förstå Bibeln	127
D. Bibeln på internet	129
E. Bibeln som ljudbok	130
F. Idébank för det personliga bibelstudiet	131
G. Några sajter om bibelstudium på egen hand	147
H. Det personliga bibelstudiet – några boktips	149

Guide till egen andakt **151**

A. Egentid med Gud	153
B. Bibel, eftertanke och bön	155
C. Sajter för andakter	156
D. Andaktsböcker	157

DEL 2

IDÉBANK



Bibelvis "Del 2 Idébank"
finns tillgänglig på www.lor.se
som gratis nerladdningsbar fil
med klickbara webbadresser.

Guide till egen bibelläsning

A. Några goda skäl att studera Bibeln

Bibeln är Guds tilltal till människan

Det är för att Gud talar genom Bibeln som denna samling böcker kallas Guds ord. På många sätt och genom olika personer har Gud talat till oss människor om vem han är och vad han vill.

Bibeln ger oss kunskap

Genom Guds ord får vi information om livets ursprung, syfte och mål. Vi får kunskap om Gud och hans karaktär, om människan och hur det goda livet ska levas.

Bibeln är levande

Bibelns innehåll är levande därför att Gud aktivt talar till oss i Ordet när vi tar del av det. Bibeln är unik i det avseendet att dess ord är verksamma i våra liv med förvandlande, gudomlig kraft.

Bibeln förklarar vem Jesus är

Jesus gör anspråk på att vara Messias, världens frälsare. Det är i Bibeln vi kan få klarhet i vad detta anspråk innebär och vad Gud har gjort för människan genom honom.

Bibeln ger vägledning i livet

Bibeln innehåller mängder av livsvisdom och råd för livets alla förhållanden. Framför allt kan vi läsa om hur Gud vill att vi ska leva för att förverkliga hans goda tanke med våra liv.

Bibeln besvarar frågan om livets mening

Genom att visa att människans liv är intimt förknippat med Gud som Skaparen visar Bibeln på syftet med det mänskliga livet. Det finns i relationen med Gud.

Bibeln är kraftfull

När vi läser Guds ord och öppnar oss för Guds tilltal påverkar det oss på ett livsavgörande sätt. Vi får kraft till vår inre människa och blir upplysta i vårt andliga liv så att vi orkar fortsätta vår vandring på jorden.

Bibeln ger oss andlig näring

Guds närvaro i våra liv blir förtydligad och konkretiserad när vi läser hans ord. Han påverkar oss i vårt innersta och ger oss andlig styrka och tillväxt så att vår tro mognar och djupnar.

Bibeln stärker vår tro

Bibeln visar vad Gud har gjort i människors liv genom historien och hur han visar sin kärlek till sin skapelse. När vi förstår bättre vem Gud är och vad han gör, då växer vår tro.

Bibeln har ett rikt innehåll

Bibeln är oerhört innehållsrik och beskriver Gud och människan på ett ojämförligt sätt. Man kan läsa den regelbundet hela livet utan att tömma den på hela dess innehåll.

Växa med Bibeln: 1. Gud talar, 15. Levande ord, 47. Ödmjuk vördnad.

B. Att tänka på när man studerar Bibeln

För att få ut mesta möjliga av det personliga bibelstudiet finns det en del viktiga grundprinciper att följa. Här några av dem i sammanfattning.

- Gör det till en god vana att ta tid med Guds ord.
- Tänk igenom hur studiet ska gå till, gör en plan.
- Sätt upp mål för studiet, tidsbegränsade och uppnåeliga.
- Sträva efter regelbundenhet både vad gäller tid och plats.
- Tänk "dagligen" för bibelläsning och "veckovis" för bibelstudium.
- Undvik att studera under tidspress eller alltför komprimerat.
- Anpassa metoden efter syftet och kombinera gärna olika studiesätt.
- Studera alltid med penna i handen och papper till hands.
- Använd Bibeln aktivt genom understrykningar, kanske med olika färger.
- Ha gärna en speciell arbetsbibel för mer utförliga noteringar och markeringar.
- Jämför olika texter för att få en bred förståelse.
- Använd gärna olika bibelöversättningar för att bredda förståelsen.
- Läs texter som helheter och förstå enskilda verser i sina sammanhang.
- Låt bibeltext förklara bibeltext när ett avsnitt är svårt att förstå.
- Läs texten utifrån dess historiska sammanhang för att förstå den bättre.
- Ge det studerade materialet tid att sjunka in och "landa" genom eftertanke.
- Räkna med den Helige Andes hjälp och vägledning i studiet av Ordet.
- Tänk alltid personligt på texten: "Vad betyder detta för mig?".

- Sträva ständigt efter att göra praktiska tillämpningar av det lästa avsnittet.
- Läs kommentarer för att få en bättre förståelse för texten.
- Förankra studiet av Bibeln i en bred och öppen kristen gemenskap för balans.
- Läs Bibeln under bön med förväntan att Gud ska göra Ordet levande.
- Använd uppslagsverk, faktaböcker, kartor och liknande hjälpmedel.
- Utnyttja gärna internet i bibelstudiet, där många hemsidor ger god hjälp.

Växa med Bibeln: 6. Frågvis, 21. Värdigt liv, 35. Jorden är Herrens, 49. Vägled varandra, 51. Hoppet.

C. Att tolka och förstå Bibeln

Vid studium av Guds ord är det viktigt att ha goda redskap för att tolka och förstå texterna. Det är nödvändigt att ha kunskap om orsakerna till att Bibelns olika böcker skrevs och syftet med dem. Om man inte har förstått förutsättningarna för texterna är det lätt hänt att man "läser in" idéer i texterna som inte finns där. Ens egna föreställningar och utgångspunkter kan förvränga och fördunkla förståelsen så att man missförstår eller helt missar den ursprungligt menade innebörden.

Bibeln visar hur Gud handlar i historien, men den visar också vem Gud är och hur han ser på människan, livet och tillvaron. Därmed är bibeltexterna också vägledande i läsarens eget liv, på ett tidlöst sätt. Gud kan tala till läsaren på ett personligt sätt genom texterna. Därför är det viktigt att ha förståelse för hur Bibelns texter ska tolkas för att rätt förstås.

En bok som ger god vägledning i detta är *Att läsa och förstå Bibeln* (Gordon Fee, Libris 2002). En annan utmärkt guide är *Bibelintrö* (Greger Andersson, Libris 2003), som ger en rik bakgrundsteckning både till Bibelns olika genrer och till dess olika böcker.

Ytterligare en bok med gedigen och grundläggande information är *Handbook for Personal Bible Study* (William W. Klein, NavPress 2008), som i kapitel 1, "How the Bible Came to Us", tar upp frågor om översättning av Bibeln, Bibelns inspiration och auktoritet samt Bibelns manuskript och kanon. Kapitel 2, "Preparing to Study the Bible", ger en bred bakgrundsteckning till Bibelns värld och tillkomstmiljöer. Kapitel 5, "Interpreting the Bible", ger mycket god hjälp till förståelse av vad som är viktigt att tänka på när man tolkar Bibelns text.

Några tumregler vid tolkning av Bibelns texter:

- *Börja studiet med "där och då" för att sedan fortsätta med "här och nu".* Då blir både förståelsen och tillämpningen mer balanserad och har förutsättningar för att vara sund och i överensstämmelse med författarens intentioner.
- *All text ska läsas i sitt sammanhang* eftersom omkringliggande text ofta förklarar innebörd och betydelse. Det är alltid vanskligt att läsa en vers eller ett stycke lösryckt från sitt sammanhang.

- *Det är klokt att låta olika bibelställen förtydliga varandra.* Genom att jämföra olika texter som innehåller förklaringar och olika formuleringar får vi lättare att förstå vad de sammantaget betyder och innebär.
- Av samma skäl är det rimligt att *de bibelställen som är tydliga får förklara dem som är mera svårförståeliga* inom samma område, ämne eller frågeställning.
- Om man *studerar med kunskap om historiska, sociala och religiösa förhållanden* undviker man att läsa in tolkningar som är osannolika, ogrundade eller orimliga.
- Bibeln är skriven med olika litterära stilar och framställningssätt. Varje författare har sin stil och sina utmärkande drag. *Varje typ av text har sina särdrag och specifika förutsättningar*, till exempel prosa, poesi, profetia, historia, brev eller liknelse. Det är bra att tänka på det för att undvika att misstolka eller övertolka formuleringar och uttryckssätt.
- Jesus är den centrala gestalten i Bibeln. *Det är i ljuset av Jesu lära och liv som vi ska förstå Bibelns budskap.*
- Den helige Ande, som har varit verksam vid Bibelns tillkomst, är verksam också när vi läser Guds ord. *Vi kan räkna med Andens hjälp* i vår strävan att förstå Guds ord.
- *Vi bör tolka och förstå Bibeln tillsammans med andra.* På det sättet undviker vi alltför subjektiva tolkningar och slipper hamna i återvändsgränder på grund av begränsad kunskap vid studiet.
- Det finns en mängd utmärkta resurser för studiet av Bibeln, *hjälpmedel som underlättar både förståelsen och tolkningen av Bibelns texter.*

Växa med Bibeln: 6. Frågväs, 13. Beskyddad, 35. Jorden är Herrens, 42. Anden, 44. Jag känner mina får.

D. Bibeln på internet

Det finns många användbara sajter med Bibeln på internet. De är en utmärkt resurs när man vill fördjupa sig i Bibeln, jämföra olika översättningar och få tips på studiematerial. Det är också ofta praktiskt att kunna arbeta med bibeltexterna i elektronisk form.

Här följer en tipslista på några webbplatser som är innehållsrika och användbara.

Bibeln på svenska

www.bibeln.se

Bibel 2000

www.bibelbutiken.se

Svenska bibelsällskapets hela utbud

www.folkbibeln.net

Folkbibeln

www.biblegateway.com

Svenska översättningar:
1917 och Levande Bibeln

Bibeln på engelska

www.biblegateway.com

Bibeln på 35 språk och i 50 versioner

www.allbibles.com

Engelska biblar av alla slag

www.blueletterbible.org

Bibelsida med många funktioner

<http://ntgateway.com>

Samlingssida med resurser för Nya testamentet

www.bible.org/netbible

Bibeln för internet med många funktioner

www.biblestudytools.net

Sökmotor med många länkar

Om översättning av Bibeln

www.bible-researcher.com/fba-guidelines.html

Bibelöversättning är en intressant, svår och omfattande verksamhet. För den som är intresserad av att veta mer om principer och tillvägagångssätt för översättning av bibelns texter erbjuder *Forum of Bible Agencies International* en innehållsrik beskrivning.

Växa med Bibeln: 10. Var du än går, 28. Jord och himmel.

E. Bibeln som ljudbok

Ett praktiskt och ofta mycket användbart sätt att "läsa" Bibeln är att lyssna på den som ljudbok. Det ger en ytterligare dimension åt Guds ord att höra det läsas. Här är några bra alternativ.

På svenska (MP3/iPod/CD)

www.voxbiblia.se

Bibel 2000

På engelska (MP3/iPod/CD/DVD)

www.inspiredby.com

Professionell inläsning av hela Bibeln med musikbakgrund. Presenteras också på YouTube.

www.audiotreasure.com

Bibeln på engelska och flera andra språk

www.biblebible.com

Olika engelska bibelöversättningar

Växa med Bibeln: 15. Levande ord, 48. Drömmen om fred.

F. Idébank för det personliga bibelstudiet

Det är egentligen bara vår fantasi som sätter gränserna för hur vi kan variera vårt arbete med Bibeln. För att stimulera till kreativitet och lust att pröva nya sätt ger denna idébank kortfattade beskrivningar av olika metoder och redskap att använda i det personliga bibelstudiet. Många av dem finns utförligt beskrivna i de böcker som finns med i litteraturlistan på sid 149 och på olika internetsajter.

Idébanken går naturligtvis att förlänga hur mycket som helst. Det viktiga är att man själv hittar studiesätt som känns tilltalande och utvecklande. Och det är värt att komma ihåg att det aldrig är metoden i sig som är det viktiga utan själva det faktum att man får hjälp att fördjupa sin kunskap i Bibeln och öka sin förståelse för de olika texter man tar sig an.

Idébanken tipsar också om internetsajter. Det finns många användbara sajter och antalet växer hela tiden. Det är viktigt att vara vaksam och noga vid valet av sajter att använda sig av, dels för att sajterna varierar i kvalitet och dels för att inte alla bibelinriktade sajter har utgivare och avsändare som står för en traditionell evangelisk bibelsyn. Sajter kommer och går, så över tid kommer också några av dem som finns angivna i denna förteckning att vara inaktuella medan andra tillkommer. Samtliga listade sajter är i funktion när det här materialet går i tryck.

Den första avdelningen av idébanken ger tips på **metoder** (nr 1-26). Den andra delen ger tips på **redskap** (nr 27-37).

Metoder

1. Bibeln och jag

Viktigare än något är min personliga relation till Bibeln. Inga metoder i världen kan ersätta mitt eget fria sökande efter Gud i hans ord. Det första jag behöver göra är helt enkelt att öppna min Bibel och läsa. Mitt intresse och min längtan efter Gud är det som gör att min läsning av hans ord också kommer att bli meningsfull och givande.

Det första och ofta mest avgörande är alltså att jag med ett öppet sinne sätter mig ner med min Bibel och tar del av vad Gud har att säga

genom sitt ord. Ibland kanske jag vill anteckna saker jag kommer att tänka på, ibland kanske jag bara helt enkelt vill tänka fritt omkring det jag har läst.

Det är lätt att få en överdriven tilltro till metoder och redskap. Naturligtvis är de bra att känna till och att använda - den här boken handlar ju om det - men först och främst ska jag ha tilltro till min egen förmåga att studera Bibeln på mitt alldeles eget sätt. Egna behov och egen längtan är förträffliga styrmedel i det spontana bibelstudiet.

Växa med Bibeln: 2. En dag ett liv, 4. Det är jag, 29. Växande tro, 36. Frid och förtröstan, 38. Var stilla.

2. Regelbunden bibelläsning

För den dagliga bibelläsningen kan det vara bra att hitta ett strukturerat sätt som gör att man systematiskt läser igenom hela Bibeln. Det finns annars en risk att man bara läser vissa favoritställen om och om igen eller att läsningen blir helt slumpartad och därför ganska begränsad.

Det finns olika varianter och upplägg på bibelläsningplaner. Många finns presenterade på olika hemsidor på internet. Ofta går sådana planer ut på att läsa hela Bibeln på ett år, men man kan naturligtvis istället välja att genomföra läsningen under en mer utdragen tid, kanske ett och ett halvt eller två år. Det gäller att vara realistisk och inte ta i för mycket. Det är bättre att läsa sakta med bevarat intresse än att pressa sig igenom en fastlagd plan till priset av förlorad läslust.

Själva poängen med detta sätt att läsa Bibeln är hur som helst att man får med allt och att läsningen blir både omväxlande och genomtänkt. Här är några varianter:

- **Varierad daglig bibelläsning under ett år från olika bibelböcker.** Svenska Bibelsällskapet erbjuder årligen en plan med ett sådant upplägg, www.bibeln.se. Tidskriften *Charisma* erbjuder också en sådan plan, "Daily Reading Calendar", www.charismamag.com.
- **Läsning av Nya testamentet under ett år.** *Bible Read Through* ger ett förslag på detta upplägg, www.biblereadthrough.com.
- **Läsning av hela Bibeln under ett år, uppdelad efter böckernas litterära karaktär:** Evangelierna, Lagen, Historiska böcker, Psaltaren, Övriga poetiska böcker, Profetiska böcker, Nya testamentets brev. *Thy Word Ministries* ger ett förslag på detta upplägg, www.intotheword.org.

- **Läsning av hela Bibeln under ett år i kronologisk ordning.** *Thy Word Ministries* ger ett förslag också på detta upplägg, www.intothyword.org.
- **Läsning av hela Bibeln under tre år.** Boken *How to Study the Bible for Yourself* ger ett förslag på upplägg (se boktips på sid 149).
- **Bibelläsningssplan anpassad för ungdomar i åldern 15-19 år.** Den är utgiven av *Accent* i samarbete med flera andra organisationer, www.accent.nu. Häftet utkommer med 4 nr per år.
- **Systematisk läsning av bibeltexter med kommentarer.** *Bibeln idag* erbjuder en sådan bibelläsningssplan, som utkommer 4 gånger per år, www.bibelnidag.org.
- **Daglig bibelläsning på engelska.** *StudyLight* erbjuder "Daily Reading Plan" i valfri engelsk översättning, www.studylight.org/plan. Även *NETBible* lägger ut en daglig bibeltext, som också innehåller förklaringar till den hebreiska/grekiska texten, <http://net.bible.org/daily.php>.

Växa med Bibeln: 9. Ordets kraft, 19. Ord i rätt tid, 22. Bibelvis, 25. Genom oss.

3. Grundläggande studium

För att göra ett grundläggande studium, välj ett avsnitt ur Bibeln, högst ett kapitel, och läs igenom det några gånger. Gå sedan igenom texten i lugn och ro och notera det viktigaste under ett antal rubriker, till exempel de här:

- Sammanfattande rubrik
- Viktigaste versen
- Personlig utmaning
- Att studera vidare
- Avsnittets innehåll i sammanfattning

Genom att på ett genomtänkt sätt spara anteckningarna kan man efter hand bygga upp ett eget arkiv av textnoteringar.

Växa med Bibeln: 30. Sprida ljuset, 43. Läsare, 50. Oföränderlig.

4. Studium av en bibelbok

Det är alltid värdefullt att studera Bibeln utifrån dess sammanhållna texter. De naturliga avgränsningarna är de 66 olika böckerna i Gamla och Nya testamentet. Vid studium av en bibelbok, läs först den valda boken rakt igenom en gång. Gör därefter en första sammanfattning av boken genom att

- summera huvudtemat i boken
- välja ut en eller några nyckelversar
- skriva en kort sammanfattning
- göra en enkel disposition över texten

Efter att sedan ha läst igenom boken ytterligare några gånger kan man med fördel bearbeta texten djupare genom att besvara ett antal centrala frågor, till exempel:

- Vem är bokens författare?
- Under vilka omständigheter skrev författaren?
- Vem skrevs boken till?
- Var skrevs boken?
- När skrevs boken?
- Varför skrevs boken?
- Vilket är bokens huvudsakliga innehåll?
- Vilka frågor tar boken upp och hur svarar författaren på dem?
- Vad är bokens huvudbudskap till oss idag?
- Vad kan jag göra för att tillämpa bokens undervisning i mitt liv?

Som alltid är det egna reflekterandet viktigt och de egna slutsatserna nödvändiga, men vid ett djupare bokstudium behöver man ha tillgång till både faktaböcker och kommenterande litteratur.

Växa med Bibeln: 17. Väsentligt, 39. Det goda, 46. Källa till liv.

5. Kapitelanalys

För att komma ännu längre in i texten är det bra att analysera kapitel för kapitel. Man kan lista sin summering i löpande text, eller man kan göra ett blad med olika fält att fylla i. Här är några områden att fokusera på:

- **Kapitelrubrik:** kort summerande formulering av innehållet
- **Innehåll:** sammanfattning av avsnittet i några meningar
- **Nyckelvers:** vers med centralt innehåll i texten
- **Nyckelord:** ett eller flera viktiga ord eller begrepp i kapitlet
- **Parallellställten:** andra bibelställen med liknande innehåll
- **Personer:** eventuella personer som förekommer i texten
- **Att studera mera:** avsnitt eller teman att fortsätta med
- **Om Kristus:** viktigt om Jesu person och lära
- **Viktiga lärdomar:** avsnittets mest centrala poänger
- **Personlig tillämpning:** detta kan jag praktisera i mitt liv

Växa med Bibeln: 21. Värddigt liv, 27. Sitter du där, 30, Sprida ljuset.

6. Avsnittsanalys

Man kan också studera kortare, avgränsade textavsnitt. Det går ofta bra att använda sig av samma rubriker som i kapitelanalysen, men man kan också välja att studera det valda avsnittet utifrån tre steg:

- **Iakttagelse:** Vad står det?
- **Analys:** Vad betyder det?
- **Tillämpning:** Hur kan jag praktisera det?

Växa med Bibeln: 21. Världigt liv, 30. Sprida ljuset, 40. Nya ögon.

7. Vers för vers

Versanalys innebär att man tar det ingående studiet av Bibeln ett steg längre. Det går ut på att man läser kortare sammanhängande avsnitt av bibeltexter för att få en djupare förståelse av budskapet. Även här har man god hjälp av förklarande och kommenterande litteratur, liksom förstås av ordböcker och parallellhänvisningar.

Ett sätt att genomföra denna variant är att göra sex kolumner med följande innehåll, där man gör sina noteringar under studiets gång:

1. **Vers/versar** (avskriven direkt från Bibeln)
2. **Med egna ord** (personlig omskrivning/parafra)
3. **Frågor och svar** (båda noterade)
4. **Parallellställen** (andra texter med samma/liknande innehåll)
5. **Insikter** (ny kunskap)
6. **Personliga tillämpningar** (pratiskt och genomförbart)

Växa med Bibeln: 19. Ord i rätt tid, 24. Levande offer, 33. Barmhärtighet.

8. Ordstudium

Ordstudium går ut på att gå in i de minsta beståndsdelarna i bibeltexten och därigenom öka sin förståelse för budskapet. Här gäller det att hålla i minnet att varje del i Bibeln ska förstås i relation till helheten och i sitt sammanhang. Användbara redskap är en biblisk uppslagsbok, en bibelkonkordans, flera olika översättningar och kanske viktigast av allt en bibeletymologisk ordbok som förklarar ordens ursprungliga användning och betydelse på originalspråket. Det är alltid viktigt att försöka förstå hur det hebreiska eller grekiska ordet kan översättas, ofta på olika sätt beroende på betoning och användning.

Några olika moment i ett ordstudium är:

- välj ett ord

- definiera det på svenska
- jämför olika översättningar
- notera hur ordet ursprungligen användes på originalspråket
- undersök hur ordet används genom Bibeln
- gör en tillämpning i det egna livet

Växa med Bibeln: 3. Tacksamhet, 5. Ögonsten, 17. Väsentligt.

9. Bakgrundsstudium

För att öka sin förståelse för Bibelns texter är det bra att studera Bibelns värld. Här är en bibelhandbok användbar, liksom en biblisk uppslagsbok och en biblisk kartbok. Det finns gott om litteratur som beskriver de områden som är intressanta: geografi, historia, seder och bruk, kultur och religion, politik och ekonomi. Dessutom behöver man förstås också läsa avsnitt i Bibeln som ger upplysande bakgrundsinformation. Man kan med fördel välja att fördjupa sig i en viss tidsepok och ett visst geografiskt område samtidigt som man studerar en speciell bibelbok.

Växa med Bibeln: 14. Som en herde, 28. Jord och himmel, 39. Det goda.

10. Ämnesstudium

Ämnesstudium hjälper oss att studera Bibeln systematiskt och logiskt. För att kunna arbeta med ett ämne eller ett tema behöver man en bibelordbok och en Bibel med parallellhänvisningar. Det går ut på att läsa olika texter med samma tema och efter att ha läst varje avsnitt för sig jämföra dem, sammanställa en koncentrerad sammanfattning och dra hållbara slutsatser som leder till personlig tillämpning.

Växa med Bibeln: 12. Koll på bön, 30. Sprida ljuset, 34. Lev i sanningen, 42. Anden.

11. Ställ en fråga till texten

En användbar metod är att man ställer en fråga till texten och vid studiet av avsnittet koncentrerar sig på att hitta svar på just den frågan. Om man vill utvidga studiet kan man låta frågan vara styrande i genomgången av flera texter eller en hel bibelbok. En fördel med denna variant är att man själv avgör studiets inriktning utifrån det som för närvarande är aktuellt och har fångat ens intresse.

Växa med Bibeln: 17. Väsentligt, 32. Återvändandets val, 40. Nya ögon.

12. Parallelltexter

Bibeln innehåller texter som står varandra nära i innehållet. Särskilt tydligt är det när det gäller evangelierna, där likheterna i långa avsnitt är slående. Men eftersom de ändå innehåller olika formuleringar och infallsvinklar är det ofta berikande att jämföra dessa texter för att få en större förståelse. De flesta biblar innehåller hänvisningar till parallella texter och till texter som behandlar samma ämne. Dessa hänvisningar är mycket användbara vid det personliga bibelstudiet. En del biblar, till exempel *Thompson Chain-Reference Study Bible*, www.kirkbride.com, anger "kedjor" av bibelställen som med fördel kan läsas tillsammans i olika ämnen.

Växa med Bibeln: 11. Söka upp, 12. Koll på bön, 34. Lev i sanningen.

13. Jämför olika översättningar

Det är alltid berikande att ha olika översättningar till hands vid bibelstudiet, både på svenska och på andra språk. Ofta finns ett flertal tänkbara alternativ på målspråket vid formuleringen av hebreiskans eller grekiskans text. Därför kan jämförelse av olika översättningar ofta fördjupa förståelsen av texten. Ett utmärkt hjälpmedel för Nya testamentet är *Studiebibeln* i fem band (Normans förlag 1978), som innehåller en "interlinear" text med översättning ord för ord från grekiskan utan språklig bearbetning. Den anger också många olika översättningsval av formulering. På internet finns Gamla testamentet på hebreiska med olika parallella engelska översättningar på www.hebrewoldtestament.com/index.htm och Nya testamentet på grekiska med olika parallella översättningar på www.greeknewtestament.com/index.htm.

Växa med Bibeln: 5. Ögonsten, 10. Var du än går, 23. Rättvisa.

14. Personstudium

Bibeln presenterar ett rikt persongalleri. Vi kan hämta många intressanta lärdomar för våra liv genom att studera dessa människors liv och gemenskap med Gud.

Några saker att särskilt undersöka kan vara:

- Bibelställen där personen förekommer
- Bakgrund: barndom, familj, utbildning, uppgift/yrke, tidssituation
- Viktiga händelser i personens liv
- Personliga karaktärsdrag

- Relationen med Gud
- Bibliska sanningar illustrerade genom personens liv
- Lärdomar för mitt eget liv från denna person

Växa med Bibeln: 2. En dag ett liv, 4. Det är jag, 7. Helhjärtat.

15. Karaktärsstudium

Idén med karaktärsstudium är att välja ett karaktärsdrag som Bibeln lyfter fram som eftersträvansvärt och studera det på djupet för att själv kunna sträva vidare i den riktningen. Det kan till exempel handla om kärleksfullhet, ärlighet eller vishet. Det kan vara trohet i en uppgift, mod att bekänna sin tro eller uthållighet i att hjälpa de svaga. En variant är att också studera Guds karaktär på detta sätt, till exempel hans godhet, kärlek eller helighet.

Några användbara infallsvinklar kan vara:

- Identifiera och namnge karaktärsdraget
- Definiera och beskriv karaktärsdraget
- Läs de ställen och sammanhang där karaktärsdraget förekommer
- Studera några personer som uttrycker detta karaktärsdrag i sina liv
- Notera vad som stärker detta karaktärsdrag och vad som hotar det
- Välj en minnesvers
- Välj en konkret, personlig situation där du kan tillämpa lärdomarna

Växa med Bibeln: 7. Helhjärtat, 28. Jord och himmel, 47. Ödmjuk vördnad, 50. Oföränderlig.

16. Egna bibelmarkeringar

Det är bra att använda sin Bibel aktivt som en studiebok. Markeringar underlättar inläringen och gör det också lättare att hitta tillbaka till texten senare. Man kan till exempel välja understrykningar i olika färger eller markeringar med överstrykningspennor, allt efter vad papperskvaliteten tillåter och vad man själv föredrar. Man kan använda olika färger, till exempel för viktiga verser, personer eller platser. Man kan naturligtvis också notera egna hänvisningsverser eller göra minnesanteckningar i marginalen.

Växa med Bibeln: 11. Söka upp, 29. Växande tro, 36. Frid och förtröstan.

17. Bibeldagbok

En bibeldagbok är en möjlighet när vi vill backa upp uthålligheten i studerandet och när vi vill komma ihåg vad vi har läst och vilka slutsatser vi har dragit. Notera varje dag, alternativt varje vecka, i en särskild anteckningsbok kortfattat från dagens/veckans bibelläsning.

Några rubriker kan vara:

- Guds budskap till mig
- Ett löfte från Gud att komma ihåg
- En tidlös princip att leva efter
- En uppmaning att följa
- Något jag har kommit att tänka på när jag har läst
- Min personliga tillämpning

Växa med Bibeln: 3. Tacksamhet, 11. Söka upp, 29. Växande tro.

18. Dagens bibelvers

En variant av bibelmeditation är att låta en vers om dagen vara särskilt i fokus, till exempel enligt en i förväg uppgjord lista. Den kan man upprätta själv efter eget önskemål eller söka i olika förteckningar av centrala bibelord. En annan variant är *Christ Notes*, som erbjuder en e-mailtjänst med dagens bibelord i valfri engelsk översättning, www.christnotes.org/email.php.

Växa med Bibeln: 9. Ordets kraft, 22. Bibelvis, 43. Läsare.

19. Bibeln utantill

Memorering av bibeltext är ett utmärkt sätt att göra Guds ord ständigt levande i sitt liv. Förutsättningen är naturligtvis att inlärningen kopplas till eftertanke och tillämpning för att undvika att den bara blir mekanisk upprepning. Det finns olika sätt att lära sig Bibeln utantill. De enklaste påminner om hur man lär sig nya ord i språkstudier – man skriver dem på små kort som man använder vid inlärningen. För exakthet och bästa nytta är det viktigt att lära in både själva bibeltexten och hänvisningen med bok, kapitel och vers.

På svenska finns materialet *Bibelmemo*, utgivet av LOR production, www.lor.se, i samarbete med Mariannelunds folkhögskola och Svenska Bibelsällskapet. Det består av en 24-sidig guidebok om bibelmemorering, 132 memoreringskort med utvalda bibelverser i 11 kategorier, en förvaringslåda och ett skinnfodral för de kort

man använder aktivt. Ett MP3/iPod-baserat sätt att gå till väga presenteras på www.walkingbible.com.

Växa med Bibeln: 9. Ordets kraft, 15. Levande ord, 19. Ord i rätt tid, 22. Bibelvis, 36. Frid och förtröstan.

20. Veckans bibelord

En variant på bibelmemorering är att kombinera inläring av en bibelvers med övrig bibelläsning under en vecka. Man kan till exempel skriva den valda texten på ett papper och ha den framme på köksbordet under veckan som påminnelse för memoreringen samtidigt som man läser Bibeln på andra sätt.

Växa med Bibeln: 9. Ordets kraft, 41. Nåd, 46, Källa till liv.

21. Lyssna på Bibeln

När man lyssnar på inläst bibeltext lyfts helheten fram på ett bra sätt och innehållet får ofta nya dimensioner. I förteckningen "Bibeln som ljudbok" på sid 130 finns några förslag på alternativ. Ibland är det läge att lyssna på en hel bibelbok utan avbrott, ibland är det lämpligare att lyssna på kortare avsnitt. Man kan naturligtvis också själv läsa in en text och sedan lyssna på sin egen inläsning.

Växa med Bibeln: 9. Ordets kraft, 15. Levande ord, 43. Läsare, 48. Drömmen om fred.

22. Samtals- och studiegrupper

Det är alltid fruktbarande att samtala med andra om det man läser i Bibeln. Därför är det en bra idé att delta i en samtals- och studiegrupp. Dels för att få hjälp att förstå, dels för att höra andras synpunkter och därmed få vidgade vyer. Många bibelgrupper arrangeras av församlingar, andra av studentorganisationer eller olika studieförbund. Ett alternativ som uppskattas av många är de "alpha-grupper" som erbjuds på många platser. Se *Alpha Sveriges* officiella hemsida för mer information, www.alphasverige.org.

Växa med Bibeln: 8. Renhet, 37. Vi kan, 43. Läsare, 49. Vägled varandra, 50. Oföränderlig.

23. Bible Community på internet

En intressant möjlighet att delta i bibelsamtal av olika slag är att gå med i en Bible Community på internet, till exempel www.youversion.com. Sajten erbjuder många olika bibelgrupper

att delta i, startade av kyrkor, bibelstudiegrupper eller andra organisationer. Ett annat alternativ är www.walkingbible.com/community.

Växa med Bibeln: 37. Vi kan, 43. Läsare, 49. Vägled varandra.

24. Gå en bibelkurs

För den som har intresse, tid och möjlighet är en kortare eller längre bibelkurs ett bra alternativ, från några veckor till flera terminer. Arrangörer av kurser återfinns oftast bland bibelskolor och folkhögskolor som drivs av olika kyrkor och samfund. Information finns på internet och är lätt att få fram om man googlar på lämpliga sökord, till exempel www.bibelskola.nu.

Växa med Bibeln: 37. Vi kan, 43. Läsare, 49. Vägled varandra.

25. Resa till bibliska miljöer

För den som har intresse, tid och råd är en resa till en biblisk miljö alltid ett intressant alternativ. Att på ort och ställe se var de bibliska händelserna ägde rum en gång ger starka och bestående intryck. Idag är det både möjligt och ofta lätt att ta sig till bibliska platser, både på egen hand och genom researrangörer som erbjuder paketresor till Israel, Egypten, Turkiet, Grekland, Cypern, Italien, Malta och andra områden.

Växa med Bibeln: 14. Som en herde, 28. Jord och himmel, 45. Heligt tempel.

26. Personlig andakt

Den personliga andakten är en nyckel till framgångsrikt personligt bibelstudium. Välj ett kort avsnitt i Bibeln och läs det under eftertanke. Den personliga reflektionen i bön och i öppenhet för den helige Ande kommer att göra texten levande och visa på personliga tillämpningar i det egna livet. Nyckeln här är att ge bibeltexten tid att "sjunka in" och bli personligt angelägen. Målet är fördjupad insikt om textens betydelse för det egna livet och ökad inspiration att praktisera kunskapen i vardagslivet. På sidorna 153-157 finns utförligare tips för den personliga andakten.

Växa med Bibeln: 5. Ögonsten, 38. Var stilla, 47. Ödmjuk vördnad, 52. Bibelläsarens bön.

Redskap

27. Uppslagsverk, faktaböcker och kartor

Faktalitteratur är ovärderlig i det enskilda bibelstudiet. Det klassiska uppslagsverket på svenska är *Illustrerat Bibelllexikon*, som numera är slutsålt men ibland dyker upp på antikvariat eller genom privat försäljning. Faktaböcker och bibliska kartor av olika slag finns att köpa på kristna bokhandlar och på nätet. På engelska är utbudet stort och välsorterat. En bra sajt att utgå från är www.christianbook.com.

Fler och fler resurser dyker ständigt upp på internet, och några sajter med uppslagsverk med mera online är:

- *ChristNotes*, som erbjuder tre bibeluppslagsverk online, www.christnotes.org.
- *StudyLight*, som erbjuder gratis online tillträde till två mycket användbara bibliska uppslagsverk: "International Standard Bible Encyclopedia" och "Condensed Biblical Cyclopedia", www.studylight.org/enc/. På *StudyLights* sajt finns också mycket information att hämta under "Concordances" från "Nave's Topical Bible", "Thompson Chain Reference", "Treasury of Scripture Knowledge" och "Torrey's New Topical Textbook", www.studylight.org/con/.
- *NETBible*, som erbjuder ett antal bibliska kartor, bland annat satellitkartor, <http://net.bible.org/map.php>.

Växa med Bibeln: 8. Renhet, 20. Medan vi väntar, 23. Rättvisa, 26. Uppvindar, 52. Bibelläsarens bön.

28. Bibelkommentarer

Bibelkommentarer litteratur är ett utmärkt hjälpmedel för ökad förståelse av texterna. Det är klokt att dra nytta av vad andra har att säga om det som är skrivet. För breddens skull är det att rekommendera att läsa flera kommentarer samtidigt när man studerar ett avsnitt ur Bibeln. På det sättet får man hjälp att undvika överbetoningar eller orimliga och onyanserade tolkningar. Det går bra att få vägledning för inköp på kristna bokhandlar och antikvariat, samt på internet.

Växa med Bibeln: 20. Medan vi väntar, 23. Rättvisa, 24. Levande offer, 39. Det goda, 49. Vägled varandra.

29. Studiebibel

Ett användbart hjälpmedel är de speciella utgåvor av Bibeln som är framtagna speciellt för att underlätta det egna studiet. Parallellt med bibeltexterna innehåller de dels bakgrundsinformation, fakta, förklarande noter, kartor och liknande material, dels frågor och fördjupningsuppgifter av olika slag. På svenska finns *Stora Studiebibeln*, en anpassad version av den engelska *Zondervan NIV Study Bible*, baserad på Bibel 2000, samt *Svensk Studiebibel* baserad på Folkbibelns översättning. En annan användbar engelsk studiebibel är *NIV Serendipity Study Bible For Study Groups*. På www.christianbook.com finns många förslag på engelska studiebiblar, sökord "Study Bibles".

Växa med Bibeln: 13. Beskyddad, 24. Levande offer, 33. Barmhärtighet, 51. Hoppet.

30. Evangeliesynops

För att få en överblick över evangelierna kan man använda en så kallad "evangeliesynops", det vill säga en Bibel där alla fyra evangelierna presenteras bredvid varandra med texten utlagd i kronologisk ordning. Utöver fördelen att på så sätt kunna jämföra texterna får man också en helhetsbild över Jesu liv. *Studiebibeln*, band 1 (Normans förlag 1978) har en sådan uppställning, både med text (1917 års översättning) och i schematisk form. Ett annat alternativ är boken *Evangeliesynops* (Libris 1994). En användbar engelskspråkig sajt med bra funktion som presenterar evangeliernas texter sida vid sida är www.utoronto.ca/religion/synopsis/meta-4g.htm.

Växa med Bibeln: 4. Det är jag, 11. Söka upp, 18. Förhårliga Gud, 20. Medan vi väntar, 40. Nya ögon.

31. Programvara

Ett bra hjälpmedel i bibelstudiet är programvara till den egna datorn. På engelska finns mycket användbart material, och en bra sajt att söka på är också i detta fall www.christianbook.com, sökord "Bible Software".

- Ett exempel på ett användbart bibelprogram är *Accordance*, www.accordancebible.com.
- Ett annat exempel på användbar och till stor del gratis nerladdningsbar programvara finns på www.e-sword.net.
- *Bible Explorer 4.0* finns för gratis nerladdning på www.bible-explorer.com/.

- *NET Bible™ Learning Environment* kan laddas ner gratis från <http://net.bible.org/home.php>, "Download" i menyraden. Programvaran har goda möjligheter att leva upp till sina ambitioner, som presenteras på detta sätt: "...the way for a new generation of online Bible study and research tools... offers the most comprehensive set of free resources available online, including commentaries, articles, word studies, original biblical languages and cross references all integrated into a system that empowers you to carefully study the Word of God and to prepare your teaching lessons quickly".
- *Bible Desktop* har gratis nedladdningsbar mjukvara för bibelstudium, www.crosswire.org/bibledesktop/. Där finns även länkar till fler sajter med mjukvara på nätet, till exempel "The SWORD Project for Windows", "MacSword" och "BibleTime for Linux".

Växa med Bibeln: 10. Var du en gård, 18. Förhårliga Gud, 25. Genom oss, 26. Uppvindar.

32. Frågor och svar

På internet finns sajter med frågor och svar om Bibeln och den kristna tron som kan vara användbara som en resurs i bibelstudiet. Studentorganisationen *Credo* har en avdelning "Frågor & Svar" om kristen tro på sin hemsida. Där finns många svar på många frågor, www.credo.nu/student/fragorochsvar. Två andra webbplatser på svenska är www.bibelsajten.se och www.bibelfragan.com. Som alltid med internet gäller principen att det är viktigt att ta reda på vem som står bakom den utlagda informationen för att man ska kunna bedöma dess trovärdighet. Och det är viktigt att komma ihåg att vi aldrig ska frestas att sluta tänka själva när vi söker svar på olika frågor i källor av olika slag. Svar på frågor kan ytterst sällan anses vara slutgiltiga, utan bör betraktas som intressanta aspekter och stimulans för fortsatt studium och eftertanke.

Växa med Bibeln: 6. Frågvis, 8. Renhet, 37. Vi kan.

33. Se en film

Stora delar av Bibeln är filmatiserad. Det finns många versioner att välja bland, nya som äldre. Ibland är visualiseringen en god hjälp att förstå texterna bättre, inte minst för att förstå miljö och livsförhållanden. *Wikipedia* har en utmärkt förteckning över filmer baserade på Bibeln, <http://en.wikipedia.org>, "List of films based on the Bible". Internetbokhandeln www.christianbooks.com säljer film, sökord "Videos-Movies-Biblical". Den stora sajten

www.amazon.com har ett bra utbud, sökord "Bible". De svenska sajterna www.discshop.se och <http://cdon.se> har också en del filmer. Ett besök på en kristen bokhandel lönar sig ofta också.

Växa med Bibeln: 14. Som en herde, 16. Gåvor, 27. Sitter du där, 45. Heligt tempel.

34. Bibeln som drama och dans

Om man arbetar med Bibeln i grupp är ofta drama och dans ett bra sätt att levandegöra texterna. Den egna kreativiteten är oftast den bästa utgångspunkten, men det finns också gott om färdigskrivna bibeldraman och danser för olika åldrar. En elektronisk variant av drama är dataspelet "Testament", som är baserat på centrala episoder ur Gamla testamentet och har som idé att kombinera upplevelse med inläring. Det finns för nerladdning på <http://testamentgame.bibelsallskapet.se>.

Växa med Bibeln: 16. Gåvor, 31. Guds godhet, 32. Återvändandets val, 48. Drömmen om fred.

35. Bibeln som sång och musik

Bibeln i musikalisk form är stimulerande i bearbetningen av Bibelns texter. Både musikhistorien och kyrkohistorien är full av exempel på detta. Det finns många musikaliska uttrycksformer att ta del av:

- Sakral musik och kyrkomusik, äldre klassiska verk och nykomponerade
- Musikalier
- Bibelvisor, Bibelkörer och lovsånger med bibeltext
- Egna tonsättningar av den musikinriktade bibelläsaren själv

En bra idé är att utöka sin musiksamling med mer musik av detta slag och att söka denna stimulans till studiet i olika musikgenrer. Information finns på internet och går att få fram om man googlar på lämpliga sökord.

Växa med Bibeln: 16. Gåvor, 31. Guds godhet, 41. Nåd, 48. Drömmen om fred, 51. Hoppet.

36. Bibeln som konst

Konsthistorien är full av bibelmotiv, målningar som belyser texterna. Ett besök på ett konstmuseum kan vara mycket stimulerande och många kyrkor i landet och över världen är rikt utsmyckade med bibelinspirerade målningar och skulpturer.

Bibliotek har ofta konstböcker med omfattande motivsamlingar, likaså kan sökning efter bibliskt inspirerad konst på internet vara givande. *NET Bible* har ett konstgalleri med sökfunktion på webbadressen <http://net.bible.org/arts.php>. En bra bearbetning av bibeltexter är också att själv illustrera den lästa texten på olika sätt eftersom både känslor och insikter på det sättet blir mera påtagliga. En ytterligare variant av kreativitet är att bilsätta bibeltexter med foton.

Växa med Bibeln: 16. Gåvor, 31. Guds godhet, 48. Drömmen om fred.

37. Romaner och dikter

Världslitteraturen är rik på romaner på bibliska teman, baserade på bibliska berättelser. De kan ofta göra bibeltexterna mycket levande och ge nya vinklar åt materialet. De finns på bibliotek samt på bokhandlar och antikvariat med biblisk litteratur i sitt sortiment. Själva Bibeln är också utgiven i romanform, *Guds bok: Bibeln som roman*, på engelska *The Book of God: The Bible as a Novel*. Litteraturhistorien är också full av poesi inspirerad av Bibeln och ny lyrik tillkommer ständigt. Det är ofta mycket givande att komplettera bibelstudier med diktläsning, både som fördjupning och till eftertanke. För den skrivsugne är naturligtvis också eget skapande en mycket användbar möjlighet att uttrycka det bibelläsningen lockar fram.

Växa med Bibeln: 16. Gåvor, 31. Guds godhet, 44. Jag känner mina får, 48. Drömmen om fred.

G. Några sajter om bibelstudium på egen hand

Det finns många sajter på internet som ger vägledning och redskap för bibelstudium på egen hand. Här är två förslag på bra svenska portaler:

www.bibeln.se

Svenska Bibelsällskapet har en rik hemsida med många bra tips under rubriken "Använda Bibeln" och mycket annat användbart.

www.credo.nu/student/resursbank

Studentorganisationen *Credo* har en utmärkt resursbank på svenska med många bra tips om bibelstudiemetoder.

Det finns också många användbara sajter på engelska där man kan få hjälp och tips av olika slag för bibelstudium på egen hand. Här är några:

www.intothyword.org

Mycket innehållsrik sajt specialiserad på att backa upp det personliga bibelstudiet.

www.godsquad.com

Användbar hjälp till det personliga bibelstudiet finns under *Essential tools*: "Bible Study Resources".

www.heartlight.org

Innehållsrik sajt med resurser för det kristna livet, inte minst under rubriken "Bible Study".

www.navpress.com/dj/

Tidskriften *Discipleship Journal* erbjuder genom *NavPress* en utmärkt resurs under rubriken "Bible Study Resources": "Easy-to-fill-out Bible study". Det är korta, centrala bibelstudier på olika teman, nerladdningsbara som pdf-filer.

www.christianitytoday.com/biblestudies

Tidskriften *Christianity Today* erbjuder en stor mängd bibelstudier, "Bible Studies for Personal or Group Use".

www.charismamag.com

Tidskriften *Charisma* erbjuder under rubriken "Bible Study" kortare bibelstudier på temat "Seeking God".

www.easyenglish.info

Easy English Bible har en användbar sajt med kommentarer och bibelstudier för personer med engelska som andraspråk.

www.studylight.org.

StudyLight är en mycket användbar och omfattningsrik webbplats med många resurser och redskap för det personliga bibelstudiet.

<http://net.bible.org/bible.php>

NET Bible har en hemsida som innehåller en stor mängd användbart material. Sajten är dessutom lättnavigerad och med en välutvecklad sökfunktion. Bland resurserna finns uppslagsverk, ordstudium, kartor, konstgalleri och daglig bibelläsning.

Växa med Bibeln: 18. Förhårliga Gud, 26. Uppvindar, 33. Barmhärtighet.

H. Det personliga bibelstudiet – några boktips

Det finns bra, praktiskt inriktade böcker om det personliga bibelstudiet. På svenska är det för närvarande rätt tunnslätt, men de engelska titlarna går att köpa från till exempel www.christianbook.com, genom kristna bokhandlar eller i de flesta fall från de svenska internetbokhandlarna, till exempel www.adlibris.se och www.bokus.se. Här är några användbara titlar:

Att studera Bibeln med glädje

Skip Heitzig/ Internationella Bibelsällskapet/ 2005

Best Bible Study Methods

Discipleship Journal/ NavPress/ 2002

Bible Study Methods

Rick Warren/ Zondervan/ 2006

Du kan studera Bibeln, 10 praktiska metoder

Julia Jonasson/ Teamträningsskolan Eskilstuna/ 2007

Handbook for Personal Bible Study

William W. Klein/ NavPress Publishing/ 2008

How to Study Your Bible

Kay Arthur/ Harvest House Publishers/ 1994

How to Study the Bible for Yourself

Tim LaHaye/ Harvest House Publishers/ 2006

Into Thy Word

Richard Joseph Krejcir/ iUniverse.com/ 2000

Living by the Book: The Art and Science of Reading the Bible

Howard G. Hendricks/ Moody Publishers/ 2007

Lord, Teach Me to Study the Bible in 28 Days

Kay Arthur/ Harvest House Publishers/ 2006

Reading through the Bible in one year made easy

Mark Water/ Hendrickson Publishers/ 2003

Through the Bible in One Year: A 52-lesson introduction to the 66 books of the Bible

Alan B. Stringfellow/ Hensley Publishing/ 1988

Växa med Bibeln: 1. Gud talar, 22. Bibelvis, 35. Jorden är Herrens

Guide till egen andakt

A. Egentid med Gud

En viktig del av det kristna livet är att verkligen umgås med Gud. Vi behöver både nu och då avsätta särskild tid för att stilla ner oss, reflektera och vara stilla inför Herren. Då ger vi oss själva chansen att komma i balans och att samla våra tankar. Och vi ger Gud tillfälle att tala till oss och verka i våra liv. Vi får en stunds återhämtning samtidigt som vi får kraft att gå vidare, tillbaka till det vi just står i eller in i något nytt som väntar.

Som det mesta av betydelse i tillvaron har det egna andaktslivet sitt ursprung i en längtan. Den föds i insikten att vi behöver ta tid för gemenskapen med Gud. Vi förstår spontant och som en självklarhet att vårt liv med Gud behöver goda impulser av olika slag. Därför bygger det sunda och fungerande andaktslivet alltid på ett eget initiativ inifrån.

Under egentiden med Gud kan han ge oss uppmuntran på många områden i livet. Det behöver vi i en tillvaro som ofta innehåller misräkningar och besvikelser av olika slag. När inspirationen tryter och tröttheten sätter in är en stund med Gud ofta just det vi behöver för att bli redo att gå vidare.

Egentid med Gud behöver vi också för att få tröst när vi är ledsna och nytt framtidshopp när vi är missmodiga. Gud vill ge oss vägledning när vi är vilsna och tillrättavisning när vi känner att vi är på fel väg.

Och när allt står väl till fyller naturligtvis det personliga andaktslivet den viktiga funktionen att jag upprätthåller min gemenskap med Gud och ger honom tillfälle att stimulera mitt liv på många olika områden och plan. Jag behöver alltid stillhet och tid till eftertanke i Guds närhet.

Andaktslivet, precis som mycket annat, måste tillåtas att formas av de omständigheter vi faktiskt lever i. Det kommer säkerligen att ta sig olika uttryck under olika tider i livet, beroende på vår konkreta livssituation. Alltså finns det oräkneliga sätt att genomföra den egna stilla stunden när det gäller till exempel utformning, tidpunkt och plats.

Därför behöver det sunda och fungerande andaktslivet alltid vara både fritt och flexibelt, samtidigt som det behöver vara genomtänkt och regelbundet. Ibland är fasta rutiner både möjliga och lämpliga, medan upplägget av andaktslivet under andra perioder behöver vara mera rörligt.

Ibland är den stilla stunden rätt rejält tilltagen, andra gånger får den bli kortare och lite flyktigare. Längden är inte det avgörande, däremot min tydliga närvaro i tanke och hjärta.

Ibland har vi ett genomtänkt upplägg för andakten, andra gånger improviserar vi och tar det lite som det kommer. Variation vitaliserar egentiden med Gud och gör den mer levande och attraktiv.

Det avgörande beslutet består med andra ord i *att* vi prioriterar gemenskapen med Gud i vardagen. *Hur* det sedan går till kommer i andra hand och får bli ett resultat av personliga förutsättningar och överväganden.

Det väsentliga är hela tiden att vår egentid med Gud är innehållsrik och meningsfull, att den fungerar och är verklighetsanknuten.

B. Bibel, eftertanke och bön

Bibeln har sin givna plats i en kristens andaktsliv. Det är i Guds ord vi får den näring för vårt andliga liv som vi dagligen behöver. Det är framför allt där Gud talar till oss människor och ger oss vägledning för ett gott liv. Guds ord är en outtömlig källa till kraft, inspiration och ökad kunskap. Vi gör väl i att basera vårt andaktsliv på läsning av Bibeln.

Eftertanken ger Guds ord möjlighet att landa på ett personligt och medvetet sätt i vårt hjärta och våra tankar. Våra egna reflektioner ger djup åt det vi har läst och gör det möjligt för det att slå rot och växa inom oss. Det andra redan har tänkt och skrivit kan också hjälpa oss till djupare insikt. Vi gör väl i att ge eftertanken utrymme i vårt andaktsliv.

Bönen är också ett naturligt inslag i andaktslivet. Den aktiva och ömsesidiga gemenskapen med Gud tar sig gärna uttryck i bön. Vi behöver sätta ord på det vi känner, formulera vår längtan och uttrycka vår tacksamhet till Gud. Böner som andra redan har formulerat kan också hjälpa oss i detta. Vi gör väl i att avsätta tydligt tid för bön i vårt andaktsliv.

C. Sajter för andakter

Det finns många sajter på internet med korta, dagliga andakter. De kan vara till god hjälp när man behöver lite extra stimulans. Här följer en förteckning på några sådana hemsidor, samtliga i funktion när detta material går i tryck.

På svenska

www.kyrktoget.se/betraktelse.jsp

www.crossnet.se/portal/devotion.do

www.logosmappen.net/uppbyggelse/andakter/

På engelska

www.ag.org/top/devotional

www.devotions.net

www.worthydevotions.com

www.devotions.com

www.deeperdevotion.com

www.tddm.org

<http://biblepathway.net/>

www.cfdevotionals.org

<http://daily.presbycan.ca/devotions>

<http://www.pray-as-you-go.org/>

www.studylight.org/devos/

D. Andaktsböcker

Det finns många bra andaktsböcker på marknaden. De kan vara till god hjälp i många situationer. Här följer en förteckning med några webbadresser till några bokförlag och antikvariat som har andaktsböcker i sitt sortiment. Kristna bokhandlar har ofta god sortering på aktuella böcker. Här finns också de sökord som är angivna på respektive webbsajt.

På svenska

www.gummessons.se

Böcker: Andakt

www.verbum.se

Andakt och bön

www.nyamusik.se

Sökord Andakt

www.dinbokorebro.se

Böcker: Bön och andakt

www.lor.se

Herden, Veckovis, Händelsevis

www.bodaforsantikvariat.se

Kristet liv, Andaktsböcker

På engelska

www.christianbook.com

Search: Christian Devotionals

www.familychristian.com

Search: Devotionals

www.lifewaystores.com

Search: Devotionals

www.olivetree.com

Search: Devotionals