

# Hvad former dig? - Oplæg til samtale

Hvis I ikke individuelt har arbejdet igennem refleksionsspørgsmålene nedenfor, anbefaler vi, at I afsætter 30 minutter på jeres cellegruppeaften, hvor hver enkelt kan tage tid til at reflektere over de rutiner, relationer, fortællinger og miljøer, der har været med til at forme ens liv. Vi har lavet et skema som kan bruges til reflektere over det, der har formet en.

Efterfølgende kan I sammen drøfte, hvad I har fået ud af øvelsen ud fra nedstående spørgsmål til samtale. Tag det frem fra din refleksion, som er passende og rimeligt at dele i denne sammenhæng.

Bed for hinanden om klarsyn og lys over jeres liv.

## **Spørgsmål til samtale:**

Hvilke vaner har du i dit daglige og ugentlige liv? Hvordan har de formet dig?

Hvem er de vigtigste personer i dit liv? Hvordan ser de relationer ud?

Når du reflekterer over din egen rejse, hvilke fortællinger har formet din måde at se verden på? Hvor kommer disse fortællinger fra?

Har Gud åbenbaret noget nyt for dig i denne øvelse, som du vil du sige mere om?

## Individuel øvelse: Gennemgang af de ting, der former dig.

Vi anbefaler, at du finder et stille tidspunkt og et stille sted, hvor du kan bruge god tid i eftertænksom refleksion og bøn.

Inviter Jesu Ånd til at komme og oplyse dit sind. Husk at svare ærligt og ikke-dømmende. Lad ikke skam og lyst til benægtelse ødelægge øvelsen.

Frem for alt, lav denne øvelse *med* Gud. Langsomt og i bøn - og med fred i hjertet.

Print disse ark ud og noter.

### Vaner — Hvilke vaner udgør din hverdag?

Skriv dine vaner ned.

Morgenrutine:

Aktiviteter på en typisk arbejdsdag:

Aftenrutine:

Aktiviteter i en typisk weekend:

Refleksion: Hvordan tror du, at dine vaner former dig som person?

## Relationer - Hvilke relationer fylder mest i dit liv?

Familie:

Venner:

Arbejde:

Omgangskreds:

Andre:

Refleksion: Hvordan former disse mennesker dig som person?

Hvilken slags person bliver du, når du er sammen med disse personer?

Hvad kalder de frem i dig? Hvad får de dig til at undertrykke?

## Sandheder, som jeg tror på?

Hvad tror du om Gud? (Hvordan er han/ikke? Hvordan har han det med dig?)

Hvad tror du på om dig selv? (Hvordan ser Gud dig? Hvordan ser andre dig? Hvilken slags person er du? Hvad forventer du af din fremtid?)

Hvilke definitioner har du på lykke? (Hvad tror du vil gøre dig mest glad og fredfyldt? Er det Gud? Penge? Ægteskab? Succes? Ferie?)

Hvad er meningen med livet for dig? (Hvad synes du er vigtigst? Måske din karriere? Familie? Sundhed? Noget andet?)

Refleksion: Hvad er kernefortællingerne i dit liv? Hvordan former de dig som person?

## Miljø — Hvad er de kulturelle kendetegn ved dit miljø?

By: Hvordan er din by? Hvad er den kendt for?

Nation: Hvad præger Danmark? Hvad er de vigtigste kulturelle værdier her? Hvad er acceptabelt?  
Hvad skaber størst forargelse?

Generation: Hvad er din generations værdier?

Digitale medier og information: Hvilke programmer og nyheder ser du? Hvilke digitale kanaler fylder dig med information og underholdning? Hvad dukker op i dine feeds?

Refleksion: Hvordan bliver du dannet eller deformeret af de kulturelle kræfter, der er "normale" i din by/nation/generation/mediefeed, men muligvis langt fra Jesu vision om livet?