

Andakt – forberedelse og gjennomføring

Hentet fra boka Leir fra L til R, laget av Acta.

Andakt betyr egentlig «å tenke på», og det en andakt skal få oss til å tenke over, det kan jo være så mangt. Det kan være bønn, det kan handle om tjeneste, det kan handle om hvordan man blir en kristen, det kan handle om nådegaver og mange andre ting. Men hovedpoenget må alltid være å på en eller annen måte hjelpe tilhøreren med sitt liv. Først og fremst i forhold til Gud, men også i forhold til sin neste og til seg selv.

En viktig huskeregel er at en andakt alltid skal inneholde Guds Ord, om det er i form av et bibelvers, en gjenfortalt lignelse, eller en fortelling om hvordan Guds Ord har spilt inn i en situasjon. Det er også en stor fordel om man bruker egne erfaringer med Gud. Det gjør det ofte lettere for tilhøreren å koble andakten til sitt eget liv.

Denne artikkelen er delt inn i tre hoveddeler: oppbygning, forberedelse og gjennomføring.

Oppbygning

Tenk deg en andakt som en fisk med hode, kropp og hale. Hodet er innledningen, kroppen er selve innholdet i andakten og halen er avslutningen.

Innledning

Det er mange måter å begynne en andakt på, men hensikten er den samme: Å vekke nysgjerrighet slik at tilhørerne tenker «Dette må jeg følge med på, dette blir interessant». Innledningen skal være kort og den skal rette oppmerksomheten mot det som kommer. Her følger noen tips til hvordan man kan vekke nysgjerrigheten til tilhørerne:

- Still spørsmål! For eksempel: «Tror du at Jesus lever?», «Har du noen gang tenkt på hva som skjer etter døden?» eller «Hva har egentlig en 2000 år gammel bok å fortelle oss om hvordan det er å leve i dag?»
- Kom med en påstand! For eksempel: «Jesus lever i dag» eller «Vi er uendelig verdifulle». Oppfølgingssetningen til disse to forslagene kan bli noe sånt som: «Men mange mennesker tror ikke noe på det» eller «Gud forteller oss det, men klarer vi å tro på det?»
- Beskriv en aktuell situasjon! For eksempel: «Jeg hørte på nyhetene i går at over 40.000 barn i Bangladesh kommer til å dø av sult hvis de ikke får hjelp i løpet av det neste året.» Snakk videre om at Jesus har bedt oss å dele våre rikdommer.
- Fortell en historie! For eksempel: Tenk deg at temaet for andakten er at vi skal

elske hverandre. Fortell en historie, gjerne selvopplevd, om det stikk motsatte, kanskje om en gutt som har blitt mobbet. Avslutt gjerne innledningen med et spørsmål: «Liker Gud at vi mobber hverandre?»

- Be gjerne en bønn før resten av andakten.

Hoveddel

Her kommer altså selve andaktens innhold. Det er her du vil ta inn hovedtankene i det du har tenkt ut i forbindelse med forberedelsene. Dette er stedet for å si noe om spørsmålet du stilte i begynnelsen, underbygge en eventuell påstand eller si noe om hva vi kan gjøre med en aktuell situasjon. Konsentrer deg om to til tre hovedpunkter slik at andakten blir ryddig og oversiktlig for dem som hører på.

Det kan være veldig lurt å dele noe fra din egen troshistorie eller et vitnesbyd for å personliggjøre andakten og knytte den tettere til det å leve et liv i troen på Jesus. Det blir ofte enklere for deg å formidle poengene dine dersom tilhørerne ser at dette er noe du selv har erfaring med. Det må ikke nødvendigvis være en historie hvor du sier hvor god du er på noe eller hvor godt du lykkes, det motsatte fungerer ofte vel så bra. Men vis gjerne hvordan ting i ditt liv henger sammen med det som gud forteller oss gjennom Bibelen.

Avslutning

Oppsummer gjerne hovedpunktene i andakten. gjenfortell det du vil at tilhørerne skal sitte igjen med og knytt det gjerne opp mot konkrete bibelvers, sitater eller lignende. Kanskje pugger dere et bibelvers slik at alle husker det. Avslutt med å komme med en utfordring til tilhørerne, en utfordring til å ta et konkret valg, gjøre en handling eller til å svare på et spørsmål. På denne måten kan du være med på å ta andakten fra noe de hørte på leir, til noe de gjør i hverdagen. Avslutt gjerne med en bønn.

Forberedelse

Mennesker er forskjellige og derfor finnes det ingen fasit på hvordan man skal forberede seg når man skal holde en andakt. Noen må ha det helt stille rundt seg når de skal forberede seg, mens andre tenker best når de går tur. Noen bruker lang tid og andre bruker kort tid. Noen skriver ned hele andakten ordrett, mens andre kun skriver ned noen få punkter på en liten lapp. Men selv om vi forbereder oss forskjellig, så er det likevel noen ting som er verdt å tenke på:

- Begynn i god tid. det er veldig lett å utsette forberedelsene, men prøv å begynne i god tid. da er det lettere å få gode ideer. noter gode tanker og ideer etter hvert som du kommer på dem.
- Be for andakten. Når vi forbereder oss til en andakt og når vi holder en andakt, så

skjer det ting i ånde verdenen. Vi har en motstander som gjør alt hva han kan for å ødelegge. Og er det en ting han ikke ønsker, så er det at mennesker skal bli frelst. Be derfor om at Gud må beskytte deg og vise deg hva du skal si. Du kan også be om kreativitet til å formidle det på en god måte.

- Sett deg ned når tiden nærmer seg. Rydd tid! Det er veldig lett å bli forstyrret, så skru av mobiltelefonen, lukk døra og prøv å sette av god tid til å jobbe med andakten. Har du fått oppgitt en tekst eller et bibelvers så les bibelteksten(e) flere ganger. Dersom du har fått et emne så finn aktuelle bibelvers og/eller bruk litteratur som omhandler temaet. Bibelordboka kan hjelpe deg å finne bibeltekster. Les henvisningene til bibelversene (fotnotene) og annen hjelpelitteratur.
- Noter alle ideene du får, ukritisk og hulter til bulter. Analyser ideene dine. Hva er det for slags tekst? Hva skal tilhørerne sitte igjen med? Glede over fortellingen, ettertanke, ny kunnskap, en utfordring eller kanskje en beslutning? Hvordan ønsker jeg at andakten skal påvirke livene deres? Disse spørsmålene er viktige da de er med på å forme utfordringen du vil gi i avslutningen på andakten, samt at det gir deg en rettesnor for oppbyggingen av andakten. Finner du ut hva du ønsker at tilhørerne skal sitte igjen med, har du en nøkkel til å finne ut hvilke to til tre punkter du skal ha i hoveddelen av andakten.
- To spørsmål: Hva sier denne teksten meg om Jesus? Hva sier denne teksten om meg selv? For eksempel Johannes 10,11: «Jeg er den gode hyrde; den gode hyrde setter sitt liv til for fårene». Om Jesus: den som vokter, passer på, den som gir mat og næring. Om meg selv: Den som er hjelpeløs, den som vanskelig kan klare seg uten hyrden, den det er verdt å ofre livet sitt for.
- Hvem er målgruppen? Barn eller voksne? Kristne eller ikke-kristne? Hvordan kan budskapet formidles forståelig? Vær bevisst på at målgruppen skal forstå det du sier. Tenk deg at du skal ha en andakt i en barnehage hvor den eldste er fire år. Da er det ikke noe sjakktrekk å begynne andakten som følger: «I dag, kjære brødre og søstre i Ånden, skal vi snakke om helligjørelsesaspektet i de eskatologiske tider». Bruk et språk som er forståelig for målgruppen. Aktualiser inn i vår tid. Hva forteller budskapet oss i dag? Finn paralleller til vår tid.
- Tenk kreativt! Hvordan kan du formidle poengene dine på en kreativ måte? Bruk gjerne kreative innslag, men fokuser på en eller to formidlingsmåter og ikke alt mulig på en gang. Husk at det kreative innslaget skal være med på å underbygge det du sier, ikke forstyrre når du snakker. Eksempler kan være musikk/sang, video, drama, dans, dukker, sketchboard, tegninger, bilder, illustrasjoner, trylling, konkrete og praktiske oppgaver for deltakerne (kanskje fotvasking), eventyr, lysbilder, flanellograf, tegneserier, dikt, bibelvandring, historier og mye mer. Velg gjerne ut et bibelvers som sier noe om kjernen i det du vil formidle og som du vil at tilhørerne skal lære utenat.
- Forsøk å systematisere tankene og ideene. Bruk det som passer inn i temaet og kutt ut alt annet!
- Tenk igjennom målgruppen du skal snakke for og det du har planlagt av kreative innslag. Hvor lang tid vil tilhørerne klare å holde fokuset og konsentrasjonen? Tilpass lengden på det du skal si. Små barn holder konsentrasjonen dårligere enn ungdommer. Kreative innslag gjør det mulig å holde fokus lenger.

- Skriv ned andakten, ta den frem etter en dag eller to, og les gjennom enda en gang. Gjør endringer hvis du kommer på noen. Få noen gode venner til å lese igjennom andakten og gi deg tilbakemelding på hva de syns. Det kan være litt skummelt, men det er veldig lærerikt.
- Lær andakten mest mulig utenat.
- Velg sanger som passer til temaet i andakten.

Gjennomføring

Så har den store dagen kommet: Andakten skal holdes og spenningen stiger – ofte med en voldsom oppblomstring av sommerfugler i mageregionen. Her kommer noen tips som både kan bidra til at sommerfuglene ikke blir så plagsomme og at andakten blir god:

- Vær godt forberedt! Det skaper trygghet å vite hva man skal si og gjøre. Da blir også vanligvis andakten bedre. Vet du hva du skal si? Det er dumt både for deg og tilhørerne om du kommer opp og så vet du ikke hva du skal si, og så begynner du å si et eller annet, og så blir alt usammenhengende og helt tullete.
- Har du husket på alt? Har du husket manus, overhead, sanger og annet du trenger? Kort sagt, er alt klart? Det er utrolig ubehagelig å komme på ting man har glemt etter man har begynt, og ikke minst så er det veldig forstyrrende å fly rundt og lete etter tusjer og sanger midt i andakten.
- Skap høytid. Tenn lys og pynt gjerne med blomster. Det er viktig at det er godt å være tilstede.
- Tenk plassering. Hvor skal du stå i forhold til tilhørerne? Skal du bruke prekestol eller skal du bevege deg litt mer fritt? Skal du samle alle deltakerne helt fremme? Skal de sitte på gulvet eller på stoler osv.
- Bønn hører med. Trekk gjerne inn temaet for andakten i bønnen.
- Andakt handler om å formidle et budskap. Og på lik linje med all annen kommunikasjon, er det viktig at budskapet blir kommunisert på en klar og tydelig måte. Dette handler om alt fra det å snakke med et passelig volum, til å ha et kroppsspråk som ikke virker støyende på kommunikasjonen. Varier stemmen. Det er forferdelig å høre på en som snakker monotont over lengre tid. Snakk sakte, tydelig og høyt. Det er ikke så lett å få med seg noe hvis du bare står og hvisker utydelige ord til deg selv.
- Prøv å få øyekontakt. Det er ikke så lett å følge med hvis den som står og snakker ser opp i taket hele tiden. Og alle blir selvfølgelig nysgjerrige på hva som er oppe i taket. Fest blikket på tilhørerne. Dersom du synes det er skummelt å se rett på tilhørerne, så velg deg et punkt eller to bak i rommet, like over hodet på de som sitter og hører på. Da vil det se ut som at du ser på noen. Bruk kroppen. Du snakker også med kroppen. Vær derfor bevisst hva du sier med den.
- Prøv å være mest mulig fri i forhold til manus. Det kommuniserer ikke særlig godt å stå i 10 minutter og lese en andakt.
- Gi dem forståelse av at dette står i Bibelen. La tilhørerne slå opp i sin egen Bibel. La dem gjerne få lese høyt. Vær et vitne! Si at dette tror jeg på, det står i Bibelen.

- Snakk sant! det vi skal si skal være bibelsk. det skal være i overensstemmelse med Guds ord, og derfor skal vi ikke legge noe til eller trekke noe ifra.
- Still gjerne spørsmål. Vær forberedt på uventede svar. Ikke dum ut tilhørerne hvis de svarer feil.
- Avtal med noen at de skal evaluere deg. Snakk med en, eller kanskje et par personer som du kjenner og som du har tillit til. Be dem å gi deg tilbakemelding på andakten.