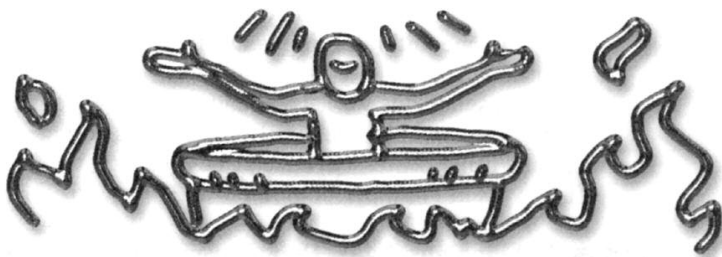


# ET LIV I LOVSANG



**Bakgrunnsstoff** *Jos 5,13–6,20; 2 Krøn. 20,1-30; Salme 145; Apg 16,16-34; Fil 4,4-7.*

**Minnevers** **“Gled dere i Herren alltid! Igjen vil jeg si: Gled dere! (Fil 4,4).**

Det er lett å rope til Herren av ren og skjær fryd når vi er glade og fornøyde. Men det er ikke like lett i motgang, når vi står overfor de verst tenkelige forhold og smeltingen strammer til. Men det er kanskje nettopp da vi har mest behov for å prise Gud, for lovsangen holder troen oppe.

Lovsang kan faktisk forvandle selv de mørkeste stunder, kanskje ikke slik at omstendighetene forandres, men slik at vi, og dem vi omgås, forandres på en måte som gjør at vi klarer utfordringene.

Lovprisning er tro i handling. Det faller ikke alltid lett, men når vi oppøver lovprisningen slik at den blir en naturlig del av livet, vil den både kunne omvende og seire.

**Ukeoversikt** **Hva er lovprisning? Hvordan har det seg at lovprisning kan være et så sterkt åndelig våpen under vanskelige forhold? Hvordan kan lovprisning forvandle oss og omstendighetene rundt oss?**

## SØNDAG

## En ramme om lovprisningen

Den store russiske forfatteren Fjodor Dostojevskij ble dømt til døden, men benådet i siste øyeblikk. I stedet satt han fengslet i årevis. Han fortalte om sitt fengselsopphold: “Hold fast på troen til siste slutt, selv om alle andre faller fra og du er den eneste som er tro; kom også da med ditt offer og lovpris Gud i din ensomhet.”

I disse studiene har vi allerede sett hvordan Paulus holdt ut ufattelig motgang og forfølgelse. Men nå sitter han i et romersk fengsel. Likevel er han ikke nedbrutt; nei, han sitter og skriver for å oppmuntre de troende i Filippi!

**Les Filipperne 4,4-7. Hvordan kunne Paulus klare å skrive slikt når han selv satt i fengsel? Hva er nøkkelen til å vinne “Guds fred”?**

---

---

Det er én ting å glede seg når alt går glatt. Men Paulus sier at vi alltid skal glede oss. Det kan høres rart ut. Hvis vi tar Paulus på ordet, vil det få to viktige følger for oss.

Hvis vi alltid skal glede oss, må det først og fremst bety at vi også bør glede oss når omstendighetene ikke uten videre gir grunn til glede. Og hvis vi alltid skal glede oss, må det også bety at vi må lære å glede oss når vi ikke har lyst til å gjøre det.

Paulus oppmuntrer oss til å prise Gud selv om det mange ganger virker ganske unaturlig. Kanskje direkte urimelig. Men vi skal se at det nettopp er fordi det enkelte ganger virker urimelig at vi blir bedt om å glede oss. Med andre ord er lovprisningen en troshandling. Lovprisningen er noe vi gjør, ikke fordi det kjennes godt, men på grunn av sannheten om hvem Gud er og det han har lovt oss, akkurat som troen selv ikke bygger på våre omstendigheter, men på sannheten om Gud. Og det er slik tro som på forunderlig vis begynner å forme våre tanker, følelser og omstendigheter.

**Til ettertanke** Hvilken sannhet om Gud er det Paulus påviser i dagens tekst – en sannhet som gjør at han kan glede seg også når han sitter i fengsel? Lag en liste over det du vet om Gud. Se over listen og pris Gud for hver enkelt ting. Hvordan påvirker dette dine følelser og din oppfatning av dine omstendigheter?

## MANDAG

### Å be så murene faller

På engelsk snakker man om “å male seg inn i et hjørne”. Tenk deg at du maler et gulv, og før du oppdager hva du har gjort, er du innestengt i et hjørne og slipper ikke ut – annet enn ved å gå på det nymalte gulvet. Ellers må du stå der til det tørker!

Noen ganger virker det som om troen maler oss inn i et hjørne. En situasjon oppstår, og troen “fanger” oss på samme måte som den våte malingen på gulvet. Vi ser situasjonen i øynene og må enten godta det som virker umulig eller forkaste Gud, troen og alt vi har satt vår lit til.

Gud førte israelittene opp i et hjørne. Gud førte ikke sitt folk til folketomme og fredfylte gressmarker etter 40 års vandring i ødemarken. Gud førte dem til en av regionens sterkest befestede byer. Så måtte de gå rundt Jeriko i taushet i seks dager. Den sjuende dagen skulle de rope – og ropene og basunene skulle gi dem seier.

**Les Josva 5,13–6,20. Hva er det Gud forsøker å lære israelittene?**

---



---

De høye ropene skulle ikke utløse rystelser som ville få murene til å falle sammen. Da Gud sa at israelittene skulle “rope”, var det den samme form for rop som David skriver om i Salme 66: “La hyllingsrop lyde for Gud, hele jorden, og syng om hans herlige navn! Lovsyng Guds herlighet” (vers 1.2). Denne ropingen

var lovprisning! Etter å ha betraktet de massive murene i seks dager, må de ha skjønt at de ikke hadde den minste sjanse til å rive dem på egen hånd.

**Hvordan kan denne tanken gi oss en bedre forståelse av Hebr 11,30?**

**Til ettertanke** Når Gud vil gjøre noe nytt i vårt liv, hender det at han fører oss til et Jeriko, for han må kanskje lære oss at kraften til å lykkes ikke kommer fra vår egen kløkt og styrke. Alt vi trenger kommer utenfra. Uansett hva som ligger foran, uansett hvor umulig det virker, så skal vi lovprise Gud – dette er kilden til alt vi trenger. Dette er tro i handling.

## TIRSDAG

### Lovprisning i praksis

Det er kanskje ikke naturlig for oss å prise Gud, ikke engang i medgang. Og da blir det jo langt mer vanskelig i motgang. Men det er det vi oppfordres til. Lovprisning må oppøves til det ikke lenger er en aktivitet som forbeholdes faste tider, men selve pusten vi ånder inn. Å prise Gud bør ikke være en teknikk, men en særskilt måte å leve på.

**Les Salme 145. Hvilke grunner oppgir David til at man skal lovprise Gud? Hvordan bør salmens ord bli dine egne?**

---



---

Den store britiske forkynneren Charles Haddon Spurgeon skrev en bok som het *The Practice of Praise*. Den bygger på vers 7 av dagens salme. Spurgeon peker på tre viktige sider ved dette korte verset som kan hjelpe oss å utvikle lovprisningssiden av vårt liv.

**1. Prise Gud for omgivelsene.** Hvis vi ikke oppdager Guds storhet omkring oss, har vi ingen grunn til å prise ham. Hva kan du takke Gud for i naturen, for eksempel dens skjønnhet? Hva ser du i den åndelige verden som er verd å takke for, som for eksempel at en ny kristen vokser i troen?

**2. Prise Gud for det vi har sett.** Skal vi kunne leve et liv i lovprisning, må vi huske hvorfor. Hvordan kan vi minnes det sentrale om Gud så vi ikke glemmer hans godhet og sannheten om ham ikke blir borte for oss (som f.eks. å lage nye ritualer og symboler som minner oss om hans godhet)?

**3. Prise Gud ved å snakke om det.** Lovprisning er ikke noe som bare foregår inne i våre hoder. Den må få komme ut av vår munn og bli hørt av dem vi omgås. Hvilke grunner kan det være til å prise Gud med ord, tror du? Hvilken virkning har slik lovprisning, og på hvem?

**Til ettertanke** **Ta frem noe å skrive på og ta deg tid til å se på disse tre punktene. Hvordan kan ditt liv bli mer preget av lovprisning?**

## ONSDAG

### Et overbevisende vitne

I Apostlenes gjerninger fikk lovprisningen en utrolig virkning på dem som hørte den. Les Apg 16,16-34. Paulus og Silas var blitt kledd nakne og pisket, og så ble de kastet i fengsel. Det var ingen der til å salve deres forslåtte rygger. Under store smerter og med føttene i blokken ble de kastet i det innerste fangehullet. Men mens resten av fangene satt og hørte på dem, begynte Paulus og Silas å be og synge.

Da jordskjelvet var over, og da fangevokteren kunne fastslå at hverken Paulus eller Silas eller noen av de andre fangene hadde rømt, "falt [han] skjelvende ned for Paulus og Silas. Så førte han dem utenfor og sa: 'Hva skal jeg gjøre, gode herrer, for å bli frelst?' " (vers 29.30)

**Hvorfor fikk hendelsen fangevokteren til å tenke på sitt eget behov for frelse? Hvilken betydning tror du Paulus' og Silas' bønn og sang hadde for at fangene ikke stakk av og for at denne mannen og hele hans familie ble omvendt?**

---



---

Det er ganske fantastisk at vår lovsang kan påvirke andre menneskers evige skjebne. Tror du noen ville ha blitt frelst den natten hvis Paulus og Silas hadde sittet i mørket og murret og sutret slik fanger ofte gjør?

Vi vet ikke hvordan det gikk med fangevokteren og familien hans senere i livet, men kanskje leste de det som Paulus senere skrev da han satt i et fengsel i Roma: “For Kristi skyld fikk dere den nåde ikke bare å tro på ham, men også å lide for ham. Dere står i den samme kampen som dere før har sett meg kjempe, og nå hører dere at jeg fremdeles står i den” (*Fil 1,29.30*). Dersom de fikk lese dette og tenkte gjennom hvordan Paulus' lidelser hadde ført til deres glede, må det ha styrket dem og oppmuntret dem til å være trofaste, koste hva det koste ville.

**Til ettertanke** **Hvem tror du vil kunne bli påvirket når du lovsynger Gud av hjertet? Legg vinn på å være mer åpen og overstrømmende i din lovprisning av Gud når du er sammen med andre. Du vet ikke hvilke positive virkninger det kan få.**

## TORSDAG

### Et våpen som gir seier

Les 2. Krønikebok 20,1-30. Josjafat oppdaget at lovsang kan være et mektig våpen. Da han fikk melding om at en “stor hær” kom mot ham, grep ikke Josjafat straks til militære midler. I stedet “vendte [han]seg til Herren for å søke råd hos ham” (*vers 3*). Da Judas innbyggere kom til Jerusalem for å faste, la ikke

Josjafat skjul på de faktiske forhold, men sa at “vi har ikke styrke nok til å stå imot denne store hæren som kommer mot oss. Vi vet ikke hva vi skal gjøre; men våre øyne er vendt mot deg” (vers 12).

**Hva er din uvilkårlige reaksjon når du ser en “stor hær” nærme seg? Hva kan Josjafats svar i vers 3-12 lære deg om hvordan man kan takle overveldende motstand?**

---

---

Da Herrens Ånd kom over Jahasiel, talte han frimodig til folket: “det er ikke dere som skal kjempe denne gangen. Dere menn fra Juda og Jerusalem skal bare stille dere opp og stå og se på hvordan Herren frelser dere. Vær ikke redde, og mist ikke motet! Dra ut mot dem i morgen! Herren vil være med dere.” (vers 17). Selv om Gud skulle kjempe for dem, måtte de likevel møte fienden.

Men dette var ikke noe vanlig felttog. Josjafat satte et kor til å synge Guds pris da de satte av sted. “Så snart de stemte i med jubelrop og lovsang, lot Herren en flokk som lå i bakhold, angripe ammonittene og moabittene og mennene fra Se’ir-fjellene som rykket fram mot Juda, og de ble slått” (vers 22). Forfatteren sier at Gud grep inn akkurat da de viste sin tro på hans løfte og begynte å “love Herren i hellig skrud” (vers 21).

**Les dagens skriftsted enda en gang. Hvilke åndelige prinsipper finner du her som du kan anvende i din egen vandring med Gud, især når du møter vanskeligheter og prøvelser?**

---

---

## FREDAG

## Videre studium

*Alfa og Omega*, bind 3, side 74-80 (PK:190-203) og bind 2, side 83-92 (PP:487-498).

“La oss i neste omgang venne våre hjerter og lepper til å prise Gud for hans umåtelige kjærlighet. La oss lære vår sjel til å gripe fatt i håpet og hvile i det lyset som skinner fra Golgatas kors. Vi må aldri glemme at vi er barn av den himmelske konge, sønner og døtre av hærskaenes Gud. Det er vår forrett å kunne ha en fast tillit til Gud” – *Helse og livsglede*, side 195 (MH:253).

“Og mens jeg lover og opphøyer ham, vil jeg at dere skal gjøre det samme. Pris Herren, også når mørket senker seg. Pris ham også når du blir fristet. “Gled dere i Herren alltid!” sier apostelen. “Igjen vil jeg si: Gled dere!” Vil det gjøre det mørkt og trist hjemme hos dere? Nei, det vil lyse opp. Slik vil dere kunne samle evig lys fra herlighetens trone og spre det til andre. Ta del i dette arbeidet, spre dette lyset og livet rundt omkring, ikke bare på deres egen sti, men hos dem som dere omgås. Ha deres beste for øye, søk å høyne dem, vis vei til himmelen og herligheten, og hjelp dem så de fremfor alle jordiske mål må søke det evige, en uforgjengelig arv og rikdommer som ikke forgår.” – *Testimonies for the Church*, bind 2, side 593, 594.

## Spørsmål til drøftelse

1. Hvilken rolle spiller menighetens lovsang i den kristnes liv? Hvordan vil du beskrive lovsangen på gudstjenestene hos dere? Er den oppløftende? Gir den medlemmene lyst til å være tro når de møter vanskeligheter og traumatiske opplevelser? Hvordan kan det i tilfelle bli bedre?
2. Hva vil det si å “prise Herren, også når mørket senker seg” eller å “prise ham også når du blir fristet”? Hvordan kan lovprisning hjelpe oss i slike situasjoner?
3. La gruppemedlemmer vitne om hvordan lovprisningen har påvirket deres liv. Hva kan dere lære av hverandres opplevelser?

4. Ta for dere en lovprisningssalme og les den. Hva har den å si om lovprisning? Hvilken innvirkning har lovprisningen på deres tro?