



BibelMemo

en introduktion till
bibelmemorering

Jonas Melin och Otto Rimås

BibelMemo

en introduktion till
bibelmemorering

Jonas Melin
Otto Rimås



© LOR production 2010

Ett samarbete mellan *LOR production*, *Mariannelunds folkhögskola* och *Svenska Bibelsällskapet*

Omslagsfoto från Sarata i Ukraina: Otto Rimås

Formgivning: Lena och Otto Rimås, Ionel Socaciu

Samtliga bibelcitrat på memoreringskorterna och i guiden är hämtade ur Bibel 2000 © och publiceras med tillstånd av Svenska Bibelsällskapet

Andra tryckningen, första tusendet

Tryck: Romflair, Oradea, Rumänien 2010

ISBN 978-91-633-5033-7

Innehåll

Välkommen	4
Om BibelMemo	5
Idé	5
Upplägg	5
Kategorier	5
Variation och bredd	5
Korten	5
Användningstips	5
Arbetsgrupp	6
Om Guds ord och memorering	7
Bibeln är Guds ord	7
Jesus som förebild för memorering	8
Att leva av Guds ord	8
Att umgås med Bibeln	9
Skäl att memorera Bibeln	10
Praktiska tips	10
Det hjärtat är fullt av	11

Välkommen

”... sådden i den goda jorden, det är den som hör ordet och förstår, och han bär frukt...”
(Matt 13:23).

Lycka är att se sådd leda till skörd. Det var en av poängerna när Jesus undervisade genom liknelsen om mannen som sådde. Som Jesu lärjungar är det naturligt för oss att längta efter att vårt kristna liv ska bära frukt, att principen om sådd och skörd ska fungera i vår vardag. Vi förstår också att det finns viktiga förutsättningar för att det verkligen ska kunna bli så.

En sådan förutsättning är att Bibeln är en levande del av våra liv. Därför är det klokt för en kristen att satsa medvetet och uthålligt på att integrera Guds ord i sitt liv. Ett sätt att göra det är att lära sig Guds ord utantill.

Det här materialet är skapat för att vara en genomtänkt och strategisk hjälp för den som har ambitionen att lära sig Guds ord ”by heart”. Vi som har arbetat fram det har gjort det med stor glädje, för vi har själva upplevt välsignelsen av att memorera Guds ord. Vi rekommenderar det helhjärtat.

Välkommen till *BibelMemo*.

Om BibelMemo

Idé

BibelMemo är framtaget för att stimulera och underlätta memorering av bibelord. Det är ett praktiskt och logiskt hjälpmedel för att lära sig Guds ord utantill.

Upplägg

I setet ingår

- 132 memoreringskort
- en förvaringslåda
- ett skinnfodral
- en guidebok

Kategorier

Korten är uppdelade i elva kategorier:

- A. Sådan är Gud
- B. Guds ord
- C. Jesus
- D. Frälsningen
- E. Anden
- F. En lärjunge som växer
- G. Bön
- H. Tacksamhet och glädje
- I. Till för andra
- J. Uppmuntran
- K. Hoppet och framtiden

Korten

- Varje kategori innehåller tolv kort.
- Varje kort är markerat med kategori och löpande nummer inom kategorin, dvs 1-12.
- Korten ligger kategorivis i förvaringslådan med särskiljande mellankort.
- Varje kategori innehåller också ett repetitionskort där samtliga bibelord i gruppen är listade.

Variation och bredd

- Kategorierna och bibelorden är valda för att ge innehållsmässig variation och bredd.
- Bibelversarna är hämtade från många olika bibelböcker.
- Bibelorden är valda så att de ska vara både centrala och representativa för sin kategori.

Användningstips

* Man kan memorera en kategori i taget, men man kan också välja kort ur de olika kategorierna och blanda vid inläringen.

* Oavsett hur man väljer att lägga upp inläringen är tanken att man placerar de kort man aktivt använder i skinnfodralet för att kunna ha dem med sig var man än befinner sig.

* Det är bra att memorera in referensen ihop med texten, gärna så att man upprepar bok, kapitel och vers både före och efter själva bibeltexten.

* Inläringstempot varierar naturligtvis, men ett grundtips är att lära sig ett eller ett par bibelord i veckan.

* Det kan underlätta att memorera tillsammans med någon annan eftersom man då sporrar och uppmuntrar varandra.

* Korten kan också användas för läsning när man behöver uppmuntran och utmaning, utan tanke på inläring. Ta ett kort och läs - Gud kan tala till dig genom sitt ord.

Arbetsgrupp

BibelMemo är framtaget av en arbetsgrupp bestående av Jonas Melin, Lars-Uno Edén, Lena Rimås och Otto Rimås, samtliga lärare på Mariannelunds folkhögskola.

Om Guds ord och memorering

Bibeln är Guds ord

Bibeln är en viktig bok för alla kristna, men hur ska man egentligen se på den? Vad är det som gör att det är ett sådant värde i att memorera just Bibelns ord? Anledningen är förstås att Bibeln är Guds ord till oss människor. Det finns många olika uppfattningar om Bibeln i vår tid och därför är det viktigt att tänka igenom sin bibelsyn.

Vi tror på Bibeln därför att vi tror på Jesus. Som lärjunge till Jesus är det rimligt att ha samma inställning till Skriften som han hade. Jesus bekräftar Gamla testamentets böcker och han förbereder för skrivandet av Nya testamentet.

I bergspredikan sa Jesus att han inte har kommit för att upphäva lagen eller profeterna utan för att uppfylla dem. Han sa också att inte en enda bokstav, inte minsta prick i lagen ska förgå förrän allt har skett (Matt 5:17-18). Jesus tycks bekräfta Gamla testamentet in i minsta detalj och visar att det handlar om honom.

I Luk 24:44-47 står det: "Han sade till dem: 'Detta är vad jag sade till er när jag ännu var hos er, att allt måste uppfyllas som står skrivet om mig i Moses lag, hos profeterna och i psalmerna.' Sedan öppnade han deras sinnen så att de kunde förstå skrifterna. Och han sade till dem: 'Detta är alltså vad skriften säger: Messias skall lida och uppstå från de döda på tredje dagen, och syndernas förlåtelse genom omvändelse skall förkunnas i hans namn för alla folk, med början i Jerusalem'".

Skriften var viktig för Jesus. Eftersom den är Guds ord måste den följas (Mark 7:13) och den kommer att uppfyllas (Mark 14:27). "Skriften kan inte upphävas", sa han (Joh 10:35). Han menade att det är den helige Ande som talar genom den mänskliga författaren: "David har ju själv sagt genom den helige Ande..." (Mark 12:36).

Jesus förberedde också skrivandet av Nya testamentet genom att utse tolv apostlar som fick uppgiften att bevara och föra vidare det han sagt och gjort. Det var apostlarnas undervisning som lade grunden för den kristna församlingen (Apg 2:42). Med tiden blev deras vittnesbörd nedskrivet och mottaget som Guds ord i hela den kristna kyrkan. Några personer utöver "de tolv", t ex Paulus och Jakob, blev accepterade som apostlar och även deras brev lästes som helig skrift. Det är intressant att Lukasevangeliet citeras med orden "Skriften säger" i 1 Tim 5:18 och att Paulus brev betraktas som en del av Skriften i 2 Petr 3:16.

Bibeln består av ett stort antal böcker, skrivna av ca 40 olika författare under ca 1500 år. Det är människor som skrivit Bibeln, men Jesus säger att den samtidigt är Guds ord och att det är den helige Ande som talar genom texten.

Paulus skriver: "Varje bok i skriften är inspirerad av Gud och till nytta när man undervisar..." (2 Tim 3:16). Man kan därför tala om Bibelns dubbla författarskap. Den är både människors ord och Guds ord. Vi menar att den är 100 % människors ord och 100 % Guds ord. Det betyder att Bibeln är sann och att vi kan lita på den. Det innebär också att den är vårt rättesnöre för vad vi ska tro och hur vi ska leva som kristna. Dessutom är Ordet levande och kan tala rakt in i våra liv och vår situation.

Lausannedeklarationen från 1974 formulerar denna bibelsyn så här: "Vi bekräftar vår tro på både Gamla och Nya testamentets gudomliga inspiration, sanning och auktoritet i dess helhet, såsom Guds enda skrivna ord, utan fel i allt som det påstår och det enda ofelbara rättesnöret för tro och liv."

Jesus som förebild för memorering

När Jesus var tillsammans med sina lärjungar den sista kvällen innan han skulle korsfästas sa han många viktiga saker. Han sa bland annat: "Om ni blir kvar i mig och mina ord blir kvar i er, så be om vad ni vill, och ni ska få det" (Joh 15:7). Det handlar om att komma ihåg och bevara det Jesus har sagt i sitt inre. Ett verktyg för att göra detta är att memorera hans ord.

Jesus hade själv lärt sig mycket av Gamla testamentet utantill. Det ingick i hans utbildning som judisk pojke. Han hade nytta av det. När han frestades av djävulen i öknen svarade han varje gång med ett bibelcitat. Berättelsen om detta finns i Matt 4:1-11. Han svarar t ex: "Det står skrivet: 'Människan skall inte leva bara av bröd, utan av varje ord som utgår ur Guds mun'" (Matt 4:4).

När han kom i diskussioner och konflikter i olika frågor om tron citerade han från Skriften för att styrka sin uppfattning. Det kan vi t ex se i Matt 12:7 där han i en diskussion med fariseerna citerar från Hosea och säger: "Om ni förstod vad som menas med 'Barmhärtighet vill jag se och inte offer', så skulle ni inte döma oskyldiga". Ett annat exempel är när han diskuterar uppståndelsen med några saddukeer och också då citerar Skriften (Matt 22:23-33).

Jesus lät också sitt liv och sin tjänst formas av det som stod skrivet. När han stod inför korsfästelsen fick han både tröst och vägledning genom Skriftens ord. Han sa till lärjungarna: "I natt skall ni alla komma på fall för min skull, ty det står skrivet: 'Jag skall dräpa herden, och fåren i hjorden skall skingras'" (Matt 26:31). Jesus visar värdet av att ha god kunskap i Guds ord och att kunna det utantill. Att kunna bibelord utantill kan hjälpa oss i många situationer, t ex när vi behöver vägledning och tröst, i samtal med människor och i den andliga kampen.

Att leva i Ordet

Som kristen är det viktigt att formas av Guds ord. I vår tid när många bara följer den egna känslan eller sina egna uppfattningar behöver vi betona vikten av att leva av Guds ord och lyda det. Här är fyra exempel ur Bibeln som visar på detta.

Jos 1:7-9

När Gud talar till Josua, som just har fått ta över ledarskapet efter Mose, är budskapet mycket tydligt: "Så var tapper och stark! Följ troget den lag som min tjänare Mose gav dig. Vik inte av från den åt vare sig höger eller vänster, så får du framgång i allt vad du gör. Ha alltid denna lag på dina läppar, läs lagens bok dag och natt, så att du troget följer allt som står skrivet där. Då kommer allt du gör att lyckas, då får du framgång. Jag har ju sagt: Var tapper och stark! Låt dig inte skrämmas, bli inte förskräckt! Herren, din Gud, är med dig i allt vad du gör".

Innebörden är att om du håller dig till Guds lag, ständigt tänker på den och följer den så kommer Gud att vara med dig i allt du gör.

Ps 1:1-3

Samma inställning uttrycks i Psaltarens första psalm: "Lycklig den som inte följer de gudlösa, inte går syndares väg eller sitter bland hädare utan har sin lust i Herrens lag och läser den dag och natt. Han är som ett träd planterat nära vatten - det bär sin frukt i rätt tid, aldrig vissnar bladen. Allt vad han gör går väl".

Tanken är densamma. Håll dig till Guds ord, begrunda det ständigt och följ det i ditt liv så kommer det att gå dig väl.

Matt 7:24-27

Jesus betonar samma sak i avslutningen av Bergspredikan. Han har undervisat ingående om vilka bud lärjungarna ska leva efter när han till slut säger: "Den som hör dessa mina ord och handlar efter dem är som en klok man som byggde sitt hus på berggrund. Regnet öste ner, floden kom, vindarna blåste och kastade sig mot huset, men det rasade inte, eftersom det var byggt på berggrund. Och den som hör dessa mina ord men inte handlar efter dem är som en dåre som byggde sitt hus på sand. Regnet öste ner, floden kom, vindarna blåste och störtade sig mot hans hus, och det rasade och raset blev stort".

Om vi handlar efter Jesu bud så kommer vi att få ett stabilt och fruktbarande liv i Guds rike. Det handlar inte om personlig eller ekonomisk framgång utan om framgång i att göra Guds vilja, leva som lärjunge och göra skillnad i världen.

Jak 1:22-25

Den grundläggande tanken om andlighet baserad på och formad av Guds ord och Guds bud löper genom hela Nya testamentet. Det framträder t ex tydligt i Jakobs brev: "Bli ordets görare, inte bara dess hörare, annars tar ni miste. Den som hör ordet men inte gör vad det säger, han liknar en man som i en spegel betraktar sitt eget ansikte: han ser sig själv men går därifrån och har strax glömt hur han såg ut. Men den som har blickat in i den fullkomliga lagen, frihetens lag, och håller sig till den och inte glömmer vad han hört utan verkligen gör något, han blir salig genom det han gör".

Låt oss göra som Skriften säger och låt oss tänka på Guds ord dag och natt.

Att umgås med Bibeln

Det finns många bra sätt att umgås med Bibeln. Här sammanfattar vi några av dem.

1. Lyssna

För det första kan man lyssna till Bibelns ord. Det gör man på gudstjänster och samlingar med textläsning och predikan. Att lyssna har naturligtvis varit mycket viktigt i tider när läskunnigheten varit låg eller tillgången på biblar dålig. I vår kultur är lyssnandet inte speciellt utvecklat. De flesta av oss har svårt att koncentrera oss vid högläsning. Men nu börjar det bli populärt med ljudböcker och lyssnandet kommer tillbaka. Ett mycket smidigt sätt att lyssna till Guds ord är att ha Bibeln på mp3. Den kan beställas eller laddas ner från nätet.

2. Läsa

För det andra kan man förstås läsa Bibeln. I vår kultur är detta säkert det vanligaste sättet att ta till sig Guds ord. Många läser ett stycke i Bibeln i sin personliga andakt. Det är bra att göra det till en vana att läsa Bibeln varje dag. Guds ord är ju den andliga maten och utan den hungrar vi. Man kan läsa på olika sätt. Man kan t ex följa en bibelläsningssplan. Det finns många att välja på. Många bra varianter finns på nätet.

Man kan också göra en egen plan. Om man läser ett kapitel om dagen läser man igenom hela Bibeln på fyra år. Det är bra att ibland läsa längre avsnitt för att få grepp om helheten. Bibeln är ett helt bibliotek med böcker och därför är det bra att ibland läsa en hel bok rakt igenom. Vid läsningen söker man ofta efter något som berör och bygger upp, utan att direkt

ta tag i alla frågor och svårigheter som dyker upp. Regelbunden bibelläsning ger ovärderlig näring till det kristna livet, så försök att läsa något i Bibeln varje dag.

3. Studera

För det tredje är det bra att studera Bibeln regelbundet. När man studerar gräver man djupare. Man söker svar på svåra frågor, stannar upp vid det man inte förstår och försöker sätta sig in i den historiska bakgrunden. Några viktiga frågor att söka svar på är t ex "När skrevs detta och varför?", "Vad vill författaren säga?" och "Vad betyder det för oss idag?". Det finns många bra hjälpmedel när man studerar Bibeln. Man kan slå i uppslagsböcker och läsa kommentarer över olika bibelböcker. Man kan träna sig i att studera själv och söka svaren på egen hand. Det finns många olika bibelstudiemetoder att använda. Och det är alltid bra att göra anteckningar för att kunna kolla vidare i olika böcker.

4. Memorera

För det fjärde kan man memorera Bibelns ord. Att lära sig utantill är en nästan bortglömd förmåga i vår tid, men det kan vara oerhört värdefullt att lära sig bibeltexter utantill. Jesus och Paulus kunde stora delar av Skrifterna utantill. Genom kyrkohistorien har memorering varit ett viktigt sätt att ta till sig Guds ord, speciellt för dem som inte kunde läsa. Många enkla män och kvinnor har kunnat stora textmängder utantill. Man kan lära sig enstaka verser eller längre textavsnitt. Det krävs arbete och mycket repetition för att lära sig utantill, men det är värt mödan. Det man har lärt sig utantill kan den helige Ande använda, t ex när man möter olika livssituationer eller när man samtalar med människor.

5. Begrunda

För det femte är det viktigt att begrunda Guds ord. Man kan likna det vid att idissla. Man kan ta ett kort avsnitt, t ex en vers eller en mening, och gå och meditera över det hela dagen. Man tuggar på det, låter det sjunka in, reflekterar och låter bibelordet bli en del av sitt inre. Det kan bli en livsförvandlande erfarenhet. Att begrunda är vägen till en djupare förståelse.

Skäl att memorera Bibeln

Vi kan summera några viktiga skäl att memorera Bibeln.

Att memorera Bibeln...

- ...gör det möjligt för mig att begrunda Guds ord, även när jag inte kan läsa Bibeln.*
- ...ger Gud möjlighet att tala till mig personligt i olika livssituationer.*
- ...styrker min tro, eftersom tron kommer av att man hör Guds ord.*
- ...formar mitt sätt att se på världen genom att mina tankar påverkas av Guds tankar.*
- ...hjälper mig att stå emot frestelser, eftersom Guds ord är vapen i kampen mot synd.*
- ...bevarar mina tankar och gör det lättare att avslöja det som är osunt och fel.*
- ...ger mig stöd och substans när jag vittnar om min tro och svarar på frågor om det kristna livet.*
- ...utrustar mig med redskap när jag möter andra som behöver vägledning eller kunskap.*
- ...motiverar mig att hjälpa andra när de behöver stöd, tröst eller uppmuntran.*
- ...ger mig daglig gemenskap med Jesus, eftersom han talar till mig genom sitt ord.*

Praktiska tips

Det finns några saker man kan tänka på för att underlätta bibelmemoreringen.

- * *Avsätt särskild tid för inläring.* Låt inget störa dig när du gör den grundläggande inläringen. Var koncentrerad och håll fokus.
- * *Hitta ett inläringstempo.* Det är bättre att ta lite i taget och vara uthållig än att satsa på för mycket och tröttna.
- * *Läs texten många gånger.* Läs långsamt och begrundna varje del av versen. Läs och repetera den högt.
- * *Var exakt.* Var noga med att lära dig texten ordagrant och exakt. Lär dig också referensen, dvs bok, kapitel och vers.
- * *Skapa omväxling.* Variera på olika sätt, t ex varva kortare verser med längre och lär dig verser från olika bibelböcker.
- * *Lägg märke till mönster.* Utnyttja logiken i mönster och ordningsföljd för att lättare komma ihåg.
- * *Skapa minnesord.* Nyckelord i versen hjälper dig att komma ihåg. I Kol 1:15 kan minnesorden t ex vara "osynlige", "avbild" och "förstfödde".
- * *Använd minnestekniker.* Det finns flera att välja på. Du kan t ex göra en mindmap över versen.
- * *Skriv versen.* Det stöder minnet att själv skriva ner texten några gånger.
- * *Beskriv med egna ord.* När man formulerar innehållet med egna ord underlättar man för minnet genom att skapa associationer.
- * *Lyssna till versen.* Läs texten högt. Gör gärna en inspelning som du kan lyssna på.
- * *Sjung texten.* Nynna texten till en melodislinga som du hittar på.
- * *Skapa associationer och bilder.* Måla upp fantasifulla bilder av texten i ditt inre. Var kreativ och påhittig.
- * *Använd kroppsspråk.* Det kan underlätta inläringen att illustrera texten med kroppsrörelser.
- * *Var strategisk.* När du har lärt dig många bibelord kan ett blad med nyckelord och rubriker underlätta när du repeterar.
- * *Skapa en rutin för repetition.* Använd tillfällen som fungerar bra. Genom att göra likadant varje dag skapar man rutiner som hjälper inläringen.
- * *Memorera under bön.* Räkna med Guds hjälp när du lär dig hans ord utantill.

Det hjärtat är fullt av

Vi önskar dig lycka till med memoreringen av Guds ord. Bibeln är så full av rikedomar att vi kan fortsätta hela livet med att göra dess innehåll till en levande del av vårt inre. Det är ingen tvekan om att det finns ett samband mellan vilken plats vi ger Guds ord i våra liv och hur vårt kristna liv växer och mognar.

Det hjärtat är fullt av finns i våra tankar. Memorering av Bibelns texter kommer att påverka vårt tankeliv i god riktning på många områden. Vårt inre får välbehövlig positiv stimulans.

Det hjärtat är fullt av talar munnen. När Guds ord har en framträdande och stabil roll i våra liv kommer det att präglade både vad vi säger och hur vi säger det. Hans ord blir våra ord.

Det hjärtat är fullt av gör våra händer och fötter. När Guds ord är levande inom oss kommer det att märkas i vår vardag. Teorin blir praktik och läran blir liv.

Därför önskar vi dig också lycka till med praktiserandet av Guds ord. "Den rättfärdiges mun talar vist och hans tunga säger det rätta. Han bär sin Guds lag i hjärtat, han går utan att vackla", Ps 37:30-31.



- Motivation till att satsa på Guds ord
- Guide till bibelmemorering
- 132 memoreringskort i 11 kategorier
- Skinnfodral och förvaringslåda

ISBN 978-91-633-
5033-7