

## Mer informasjon

Helse for livet er en del av Hjerte-  
fokusarbeidet i Norge, som drives i regi  
av Ungdom i Oppdrag (www.ywam.no).  
I løpet av høsten lanseres en infor-  
masjonsportal for hele arbeidet på  
www.hjertefokus.no - følg med både der  
og på [www.helseforlivet.com](http://www.helseforlivet.com) for opp-  
daterte informasjon.

### Spørsmål?

Om du lurer på noe er du hjertelig  
velkommen til å ta kontakt:

For informasjon om kurset på Grimstad:

Marit og Øyvind Flaake

Tlf: 40 40 09 51

[hjertefokus@ywam.no](mailto:hjertefokus@ywam.no)

For informasjon om kurset i Øygarden:

Sigurd Bekkevold

Tlf: 95 78 95 37

[sigurd@bekkevold.com](mailto:sigurd@bekkevold.com)



UNGDOM I OPPDRAG

**Helse for livet**  
i regi av Ungdom i Oppdrag | **2009**



**Helse for livet**  
Informasjon om kursene i **2009**

## visjon & bakgrunn

**Mange av oss** har travle hverdager. Vi møter mange forskjellige mennesker og daglige krav om å strekke til både faglig og sosialt. Evnen til å møte utfordringene på en god måte avhenger i mange tilfeller av hvordan vi har det med oss selv.

**En viktig forutsetning** for et positivt og trygt møte med livet er at man har en trygg identitet og egenverdiopplevelse. Vi vet at dette formes gjennom positive og negative relasjoner i barne- og ungdomsårene. Et uttrykt selvbilde kan føre til uro eller fysiske og psykiske utfordringer og problemer. Som unge og aktive mennesker møter vi symptomene på dette, enten hos oss selv, hos andre eller kanskje begge deler. Og ofte er vi ute av stand til å gå til røttene av problemene.

Det er en kjensgjerning at skal livet vårt bli rimelig positivt og godt, og skal vi kunne møte dype personlige behov hos andre, må vi selv ha arbeidet med de mest grunnleggende spørsmål i livet, som for eksempel:

**Hvem er jeg?  
Hva gjør meg verdifull?  
Hvordan egentlig verdifull for meg?**

**I en tid med** stort arbeidspress og fare for utbrunthet, er dette viktigere enn noen gang. Denne uken vil være særlig nyttig for dem som har valgt et yrke innen helse- og omsorgstjenestene, men alle som vil ha med mennesker å gjøre - spesielt om du er i, eller har tenkt å gå inn i en lederrolle - vil få stort utbytte av kurset.

**Det er et privilegium** for oss å ha med oss spes. i allmenmedisin Eilif Haaland og sykepleier Marit Haaland som foredragsholdere denne uken. Gjennom deres dyptgripende bibelsk-psykologiske undervisning har mange mennesker fått oppleve å komme inn i en dypere forståelse av Gud, seg selv og sine medmennsker. Dette har vært med å gi dem nye perspektiver på menneskelige relasjoner og roller, sykdomsmekanismer og muligheter til helbredelse.

Kurset er lagt opp omkring **obligatoriske**

**1. Forelesninger** med temaer som: Vår vilkårlighet oppfatning, selvbilddannelse, opplevd avvisning og konsekvenser av det hva gjør vi med vår indre smerte? Hvordan bygge en sunn personlighet.

**2. Grupper** hvor man får anledning til å stille og bearbeide spørsmål som reiser seg i tilknytning til undervisningen samt eventuelt åpent sette navn på ting i eget liv i et trygt forum. Det gis også mulighet til personlige samtaler.

*Vil gjøre oppmerksom på at kurset vil kunne oppleves som ganske krevende mentalt og følelsesmessig, og forat den derfor mennesker med yngre psykiske tilfeller å delta. Ta kontakt med kursledelsen*

### Siktemålet er

- Å gi hver deltaker anledning til å la Gud få peke på og forhåpentligvis lege ødelagte relasjoner i sitt eget liv slik at vi kan

- bli bedre rustet til å møte vårt eget liv og personlige behov hos mennesker vi omgås.

## Påmelding

Påmelding skjer via nettsiden:  
<http://www.helseforilivet.com>

Påmeldingsfrist: 15. mai (øst), 15. juni (vest)

Målgruppe: 19-30 år

Øst:

Sted: Grimerud gård, Hamar  
20.-27. juni 2009

Vest:

Sted: Skiergardsheimen, Øygarden  
01.-08. august 2009

Kurset koster kr. 3200,-. Denne prisen inkluderer kost/losj, kursavgift og en påmeldingsavgift. Sistnevnte er på kr. 500,- og betales etter påmelding. Den refunderes ikke ved avmelding på et senere tidspunkt.



Marit og Eilif Haaland

**“ Dette er uten tvil den beste undervisningen jeg har hørt og som har hatt størst innvirkning på mitt liv. Skal du noen gang delta på et seminar - velg dette! ”**

**Kristian M. Bye, fysioterapeut, 30 år**

## Livsforvandlende kurs for unge i Øygarden utenfor Bergen

– om å plante sannheten om



intervju ved Tove I. Grønland

42 unge mennesker, mellom 20 og 30 år, hadde funnet veien til Øygarden på solfylte dager i august, på et kurs etter modell av Geilo-konferansen *Helse for helsearbeideren*, der fokus er gjenopprettelse av det hele mennesket. - Vi har sett et behov for å bringe Geilo-konferansen også til unge mennesker. Alle trenger å se hvordan Gud ser på en og hvor verdifull hver enkelt er i hans øyne, forteller hovedansvarlig og foredragsholder Eilif Haaland til IM. Haaland sier at han er veldig godt fornøyd med kurset, og han forteller ivrig om unge mennesker som nesten alle kunne vitne om konkrete endringer i sitt liv i løpet av denne uken.

IM fikk tak på en av deltakerene, som mer enn gjerne ville lette på sløret om hva som skjedde på kurset i Øygarden. Martin Bøhler går på 5. semester medisin i Bergen. Han er 23 år og kommer opprinnelig fra Bærum. Han vet ikke helt sikkert hvorfor han har valgt akkurat legeyrket, men sier han alltid har hatt lyst til å bli lege, kanskje etter å ha sett faren i yrket.

### *Hvorfor ble du med på kurset?*

- Vi var hjemme hos Eilif Haaland på en invitasjon, hvor det var 1. og 2. kullinger fra PKI. Vi snakket om å bevare hjertet og hva man bygger inn i dette. Dette hørtes ut som noe jeg hadde lyst til å lære mer om. Jeg så at jeg hadde noen reaksjonsmønstre som jeg ikke forstod årsaken til, og som førte til handlinger jeg mislikte. Jeg ønsket at kurset kunne kaste lys over dette.

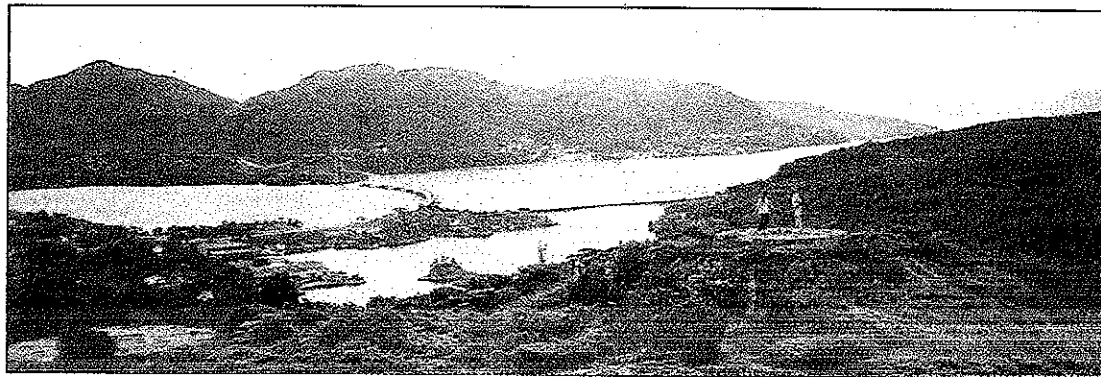
Martin forteller at han er misjonærbarne i Bhutan og kom til Norge som 13-åring. Han deler at han ønsket å finne mer ut av hvordan dette hadde influert livet hans:

- Jeg tror tilværelsen som misjonærbarne har influert meg både positivt og negativt. Jeg har nok vært netto heldig sammenlignet med en del andre i tilsvarende situasjon. Jeg ser det som positivt å ha vokst opp i en helt annen kultur og fått en litt videre horisont, og jeg har i dag også en viss dragning mot misjonstilværelsen, forteller han.

Han innrømmer likevel at oppveksten hadde sine problematiske sider, med bl.a. mye flytting: Før han var 15 hadde han flyttet hele 16 ganger.

- Resultatet er kanskje at jeg er mer forsiktig med å plante røttene for dypt. Hjemme er der sengen er. Jeg er kanskje litt mer tilbakeholden med å binde meg til mennesker som kommer og går. En legger jo alltid noe igjen i relasjoner til andre. Når mennesker stadig for-

seg selv



svinner på grunn av fysisk avstand, blir man mer reservert i møte med andre.

Martin forteller at han har vokst opp på internatskole, hvor han gikk sammen med misjonærbarn fra et større område. 1.-3. klasse flyttet skolen rundt hvor han bodde og han så foreldrene mest i helgene, i 5. og 6. klasse 4 ganger i året:

- Jeg trivdes godt på internatskole; Fra 7. klasse flyttet vi hjem til Norge og jeg husker jeg var lei meg for å måtte flytte. Jeg opplevde å ha vært på leir i to år, og det er jo gøy. En kan likevel raskt få følelsen av at mamma og pappas kall er viktigere enn meg. En kan rettferdiggjøre foreldrenes valg fordi en opplever kallet som viktig og at andre har større behov enn en selv. Det er ikke riktig av pappa som er lege å holde seg hjemme når alvorlig syke ringer.

- Allikevel opplever jeg at livet som misjonærbarn har hatt negative konsekvenser som jeg ønsker å få fram i lyset. Jeg ser at der er reaksjonsmønster og handlingsmønster jeg ikke forstår, eller trenger å endre. Det kan være mønstre som er uheldig for meg og andre omkring. Vi lærte på kurset at folk og omstendigheter rundt omkring gir meg signaler. Tolkninger av disse har bygget seg inn i hjertet mitt og er med og danner personligheten. Bibelen sier at en skal bevare sitt hjerte framfor alt en bevarer, for livet springer ut av hjertet. Ting jeg misliker i livsførelsen min har en sammenheng med hva som er bygget inn i dette. Hvordan jeg relaterer til mennesker, har med hvordan jeg tenker om meg selv.

Martin går videre og deler fra seminaret der han fikk noen av de svarene han søkte:

- På kurset lærte vi at hjertet kan deles inn i fire ruter: Det både jeg og folk rundt meg kjenner, det bare jeg kjenner, det bare andre folk rundt meg kjenner og det bare Gud kjenner. Dersom jeg ser mer av det bare Gud vet om meg, kan jeg avsløre "sannheter" i hjertet mitt som i virkeligheten er løgner. En kan f.eks. avsløre mindreverd i personligheten, eller at en tror en må prestere noe for å bli godtatt. Jeg vet gjerne at dette er løgn, men jeg lever som om det er sant. Jeg vet det altså ikke i hjertet, men bare i teorien. Jeg har bygd en stein som er skeiv i forhold til hva Gud hadde ment.

*Kan du fortelle mer konkret om innholdet i kurset?*

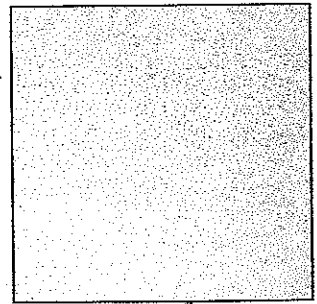
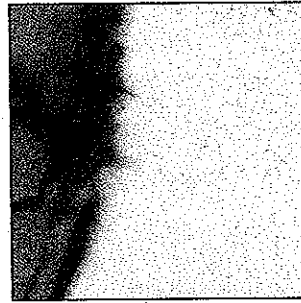
- Seminaret bestod av mye undervisning. Eilif Haaland delte om ulike måter å takle utfordringer på: med sinne, tilbake-trekning, bitterhet, tristhet og arbeidsnarkomani. Det var mye bønn og en del tid satt av til å søke Gud. Det ble vekt-lagt at en ikke skulle "grave", men bare fokusere på det som Den Hellige Ånd pekte på av løgner. Vi avslørte løgner i li-vet for så å plante sannheten. Dette skjedde både i gruppe-sammenheng og individuelt. Når Den hellige Ånd åpenbarer løgner, så er det det Jesus snakker om når han sier: "Synden er at dere ikke tror hva Gud sier". Vi er uendelig verdifull og høyt elsket og å tro noe annet er synd.

Martin forteller at det imidlertid ikke er like enkelt når en møter hverdagen etter kurset:

- En er ikke ferdig ved kursets slutt; Det er da det begynner. Det er enkelt å være i et sammenheng med 40 andre som har hørt samme undervisning og går gjennom lignende pro-sesser som en selv, og som er klare til å backe hverandre opp. Men når man kommer hjem, så møter en en verden som



Martin Böhler



ikke er forandret. Testen er da hvordan jeg forholder meg til de signaler som den fortsetter å gi meg.

*Hvordan fikk dere hjelp til det Gud satte lys på?*

- Vi hadde men stille stund daglig og det var mye som skjedde på lønnskammeret.

Det var restriktivt med sjelesorg de første dagene, da det var lagt opp til at en først skulle søke Gud selv.

Martin forteller at mye av prosessene og forbønnen skjedde i grupper. Det var ca. 8 i hver gruppe, for utenom gruppelederne.

- Først var jeg litt skeptisk til størrelsen på gruppene. Jeg synes det var for mange å utlevere seg for. Noen har jo også lettere for å ta ordet enn andre. Det kan også være vanskelig å åpne seg for de man kjenner fra før og omgås til daglig.

Men det gikk overraskende bra og jeg hadde stor utnyttelse av gruppene. Vi snakket opp til en time om hver enkelt, om det Gud hadde satt søkelyset på og bakgrunnen for dette.

Når jeg bekjenner en løgn for andre, viser jeg at jeg ikke tror på den eller vil ha den som en del av meg. Jakob sier:

"Bekjenn syndene for hverandre, og dere vil bli helbredet".

Når jeg bringer noe fram i lyset, får jeg enda mer avslørt at dette ikke er sannheten om meg selv.

*Opplever du en varig endring eller var dette bare en engangsopplevelse?*

Jeg opplever nok at "ånden er villig men kjødet svakt", men i en del situasjoner har jeg merket varig endring i handlingsmønstre. Jeg vet nå at det som ble forkynt er sannheter, og jeg har skrevet ned noen av de konkrete løgnene jeg klarer å avsløre. Jeg kan ta det frem og bekrefte for meg selv at det virkelig er løgner. Men forandringer skjer selvsagt over en prosess. Mange tar kurset flere ganger og jeg har selv vurdert å ta det på nytt. Det er også av betydning for meg at jeg har jevnlig kontakt med de fire andre fra kullet mitt som var med på kurset.

Martin utdyper:

- En del ting tar tid; Det tar tid å bygge inn sannheter og bryte ned det som har vært. Bitterhet og vansker med å tilgi er noe mange jobber med en stund. Jeg ser at endel løgner er dypt plantet; nyttige for Satan og vanskelig å bryte. Men jeg har fått en tro på at sannhetene jeg så, virkelig er sannheter, og er derfor oppmuntret til å gå videre.

Når man selv blir trygg på egen verdi, er det lettere å være raus mot andre. Når man ikke er plantet i sannheten om egen betydning, koster det mer å gi andre verdi, men når en ser at ens verdi er klippefast, uavhengig av prestasjoner, og forankret i at Jesus har dødd for en, kan en jobbe med å skaffe andre verdi i stedet.

Jeg har sett hvor mye det betyr at Gud har sagt at jeg er verdifull, og hvilke konsekvenser det har om jeg tror på det eller ikke. Jeg er ønsket og elsket av han som er skaperen av universet. Jeg har fått et nytt syn på andre og skjønner at andres reaksjonsmønstre og negative trekk, også har en sammenheng med at andre tror løgner om seg selv. Det gir et nytt perspektiv på livet og i møte med andre mennesker fordi også disse er høyt elsket.

Intervjuet går mot slutten og Martin signaliserer at han skal tilbake til lesesalen og mer daglige plikter. Men han nevner etter forspørsel på om noe kunne ha vært annerledes med kurset, at han hadde foretrukket at kurset varte en dag lenger enn de 7 dagene. Kurset var intenst, og han kunne tenkt seg mere tid til å leke. Han forteller etter mitt spørrende blikk, at han med "å leke" mener bading, fotball etc...

*Til sist, hvem synes du kurset passer for?*

Jeg unner alle det, en bør bare ikke være for ung. En bør kunne se hvor livet er i ferd med å dreie, ha reflektert over egne reaksjonsmønstre og hvordan man møter andre mennesker. På den annen side, jo tidligere du får kurset jo grunnere er sporene du går i, konkluderer han, mens han reklamerer ivrig for også neste års begivenhet, også dette i Bergenstraktene:

Konferanse på Skjærgardsheimen i Øygarden utenfor Bergen 8. - 15. august 2003 for unge mennesker. Plass til max. 40 stk, påmelding må skje raskt. Interesserte kan henvende seg til Eilif Haaland tlf. 55294475.