



at nye mennesker skal komme til tro, bli ført inn i et deltagende fellesskap der alle vokser i tro og kjærlighet

Samtaleopplegg etter gudstjenesten - Tema: "Bønn"

Prekenen kan lyttes til på www.bymenigheten-sandnes.no

INFO

Gudstjenester fremover

16 jan – Show it kl 11 på Bydelshuset

23 jan – Gudstjeneste kl 11 på Bydelshuset

30 jan – Cellesøndag

6 feb - Gudstjeneste

Evalueringskjema ligger på www.bymenigheten-sandnes.no/evaluering

Se våre websider for mer detaljert informasjon

ISBRYTER

Hvilken presang fikk du til jul som du kommer til å huske lengst?

OPP (Velg en eller flere av følgende)

Gå gjennom Ex-amen arket som er på det neste arket!

Syng eller lytt til noen lovsanger sammen

Les Ef 3,14-21. Bruk den som utgangspunkt for takkebønn og forbønn. Tre – fire takkebønner/forbønner til hvert vers

INN

Les Esek 37,1-14? Bruk tid hver for dere til å reflektere/meditere over denne teksten!

Del med hverandre det som møtte dere i denne teksten.

Hva tenker dere kjennetegner et dødt åndelig liv? Hva kjennetegner et levende åndelig liv?

I Kina finnes det en egen hær bestående av terracotafigurer. Alt utstyret er perfekt men det er ikke noe liv. Hva tror du Jesus opplever ByMenigheten

ligner mest på - en "terracotamenighet" eller en menighet fylt av Ånd og Liv (jmf v 10)

Visjonen vår utfordrer oss til at nye mennesker skal komme til tro. Søndag 30 jan er det ny cellesøndag – start planleggingen av denne cellesøndagen.

Be for og med hverandre – bruk gjerne 6 kanten som er vedlagt.

UT

Be og for samarbeidsmenighetene våre i Brasil. Menighetene er: Santa Fe, Rio Preto, Aricatuba, Aparecida. Husk avtalen som dere som gruppe har med disse menighetene!

Gjennomfør cellesøndagen... Husk de trenger bla hjelp på sentrumshotellet for de av dere som har problemer med å finne ut hva dere skal gjøre på cellesøndagen.



at nye mennesker skal komme til tro, bli ført inn i et deltagende fellesskap der alle vokser i tro og kjærlighet

Samtaleopplegg etter gudstjenesten - Tema: "Bønn"

Prekenen kan lyttes til på www.bymenigheten-sandnes.no

Ex amen

En praktisk måte å erfare og bevisstgjøre seg Guds nærvær i hverdagen

Gjøres på følgende måte:

- 1. Takk Gud for dagen, og for at han er hos dere akkurat nå.**
- 2. Be om Den Hellige Ånds lys over din dag – at Jesus må vise deg din dag slik han ser den**
- 3. Være stille og la dagens hendelser komme tilbake**
 - a. Hva var det beste i dag?**
 - b. Hva var det dummeste i dag?**
- 4. Si disse tingene høyt til de andre i familien.**
- 5. Takk for at Gud har sett begge disse tingene, og at han var der da det skjedde. Takk for det Gud har gitt deg, og si unnskyld om du oppdager at du har gjort noe som ble dumt.**
- 6. Be for dagen i morgen.**

Denne bønnen kalles EX – AMEN, og er en bønn som Ignatius av Loyola utviklet på 1500 tallet. Slik den står her, har den 6 ledd.

Bønnen er både en øvelse i å oppfatte mer og mer om hva Gud ser i mitt liv, men også en øvelse i å oppfatte Guds vilje med mitt liv.

For unger gir den også en trygg ramme for utviklingen av Guds bildet. Etterhvert som de vokser kan de oppfordres til å ha en egen ex-amen bok som de kan notere hva de oppdager under bønnen. Dette gir dem etterhvert muligheten til å se mønster i eget liv, ting som går igjen, ting som Gud ønsker de skal vite om, lære, osv.

Man kan fint veksle mellom å gjøre dette alene med ett og ett barn, eller gjøre det som familie. Noen ganger er det ok at ikke alt man ser i eget liv sies mens andre søsken hører på.

Når Ignatius snakker om det kjekke eller det dumme, brukes finere ord som på engelsk: "CONSOLATION" (bokstavelig - med solen) bet. det at jeg dras nærmere Gud, eller "DESOLATION" (bokstavelig - fra solen) bet. det at jeg dras bort fra Gud.

Det er viktig at vi spør Den Hellige Ånd om hva han ser med min dag. Dette skal ikke gjøres for å analysere seg selv, eller fordømme seg selv! Dette handler om å lære seg å åpne seg for Gud, og la ham fortelle meg hvem jeg er.

En annen rekkefølge på examen er

"EX-AMEN"

En 5-min oppsummering av dagen

- 1 – Be Gud om lys over dagen
- 2 – La dagen du har hatt komme frem i tanken
- 3 – Be om hjelp til å se hvor Gud var i dag
- 4 – Spør han om det er noe han vil du skal vite
- 5 – Be om tilgivelse for det som gikk galt



at nye mennesker skal komme til tro, bli ført inn i et deltagende fellesskap der alle vokser i tro og kjærlighet

Samtaleopplegg etter gudstjenesten - Tema: "Bønn"

Prekenen kan lyttes til på www.bymenigheten-sandnes.no

