



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: "Ha tro på hjemmebanen!"

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

INFO

Gudstjenester fremover

20 mars – kl 11.00 *Show it*

27 mars – kl 11 *Gudstjenesten*

Evaluerings skjema ligger på www.bymenigheten-sandnes.no/evaluering

Se våre websider for mer detaljert informasjon

Registrer deg på vår SMS ofring. Send BMS 10 (10 kroner eller et annet valgt beløp) til 1960. Følg instruksjonene du da får. Husk å skrive inn fødselsnummeret ditt ved registrering for skattefratrekk. Gaver kan og gis på denne måten utenom søndagene.

ISBRYTER

Hva får deg til å slappe av? Hva gjør du for å komme til ro? Hvordan senker du pulsen i ditt liv?

OPP (sett av min 45 min til dette)

Hver enkelt i gruppa finner sitt sted i rommet hvor man kan sitte avsondret og avslappet. Ha hver deres bibel, og følg oppsettet nedenfor. Lederen av gruppa sier fra når det har gått minimum 45 min.

1 - Sett deg slik at du sitter godt. La kroppen slappe av. La pusten gå jevnt og rolig, for det er en hjelp til å finne roen. La andre tanker slippe taket, så langt som mulig. Når du har fått den nødvendige stillheten som er mulig for deg, går du videre til neste punkt.

2 – Be en bønn om at Den Hellige Ånd skal åpne ditt indre for Ordet, Jesus, og lede deg inn i meditasjon og bønn.

3 – Slå opp i Mark. 14, 32-42. Les rolig gjennom teksten flere ganger, og la den synke inn i bevisstheten. Legg hendelsesforløpet, hovedpersonene og

nøkkelordene på minnet. Lukk øynene og prøv å få et samlet bilde av det som skjer.

4 – Lev deg inn i historien slik at du liksom er der hvor alt skjer. Lytt til stemmene, se på ansiktsuttrykkene, fornem atmosfæren. La scenen vokse opp rundt deg:

- Følg med Jesus når han først forlater den store gruppen av disipler... siden sine tre mest betrodde... og går inn i mørket alene. Se hvordan han faller ned på marken.
- Lytt til bønnen hans, ord for ord. Stans ved bønnens ulike ledd, ett om gangen. Bruk god tid her, og la Jesu bønn synke inn.
- Lev deg inn i disiplenes avmakt mot søvnen, oppgittheten, sorgen...
- Se på holdningen til Jesus når han til slutt samler disiplene mot slutten. Lytt til ordene hans.

5 – Han som kjempet i ensomhet denne natten er nå hos deg på din bønneplass. Snakk fortrolig med ham og din himmelske Far om de tankene meditasjonen har gitt deg. Hva har du sett hos Jesus? Hva har du sett hos deg selv? La bønnen flyte fritt og usensurert fra ditt hjerte til Guds hjerte.

6 – Søk enda dypere stillhet. Tilbe Jesus, han som omgir deg på alle sider og elsker deg dypere enn alle ord. **INN**

Les 5 Mos 6, 1 - 9? Bruk tid hver for dere til å reflektere/meditere over denne teksten!

Del med hverandre det som møtte dere i denne teksten.



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: "Ha tro på hjemmebanen!"

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

Hvem er det som har betydd mest for utviklingen av din tro? Hva lærte du av vedkommende som du kan formidle videre til dine barn/barnebarn?

I talen ble det hevdet at foreldrene og besteforeldre er de viktigste personene i utviklingen av et barns tro. Hva er det i din tro som du spesielt ønsker at dine barn og barnebarn skal få tak i?

På hvilken måte opplever du at du lykkes med dette i videreformidlingen av troen din til dine barn/barnebarn?

Til dere som er småbarnsforeldre: Hvordan tenker dere kan være gode åndelige forbilder som besteforeldre når den tid kommer?

Til dere besteforeldre: Hvordan kan dere være gode rollemodeller for deres barnebarn med tanke på den viktigheten dere har for deres åndelige utvikling.

Bruk tid på å be for familier og ekteskap i dagens samfunn. Be om beskyttelse for familiene og ekteskapene.

INN

Refleksjon betyr å "bøye tilbake". Gå sammen 3 og 3, eller menn og damer. Hver gruppedeltaker forteller litt av det man opplevde i bønn. Det behøver ikke være noe positivt eller rett. Men det er viktig at det er sant. Ingen teologisk utredning trengs. Bare det som skjedde i deg når du leste og ba. Hver enkelt velger hvor mye og hvor detaljert han forteller.

De øvrige i gruppen hører på det du forteller i stillhet, uten å kommentere. Etter hver person er det ett minuts stillhet. Så forteller neste person.

Når alle har fortalt, er man ferdige. Det er viktig å tenke på at det som er blitt fortalt ikke skal forlate gruppa. I cellegruppa er det taushetsplikt.

UT (SETT AV MIN 10 MIN TIL DETTE)

Bruk 10 min på samlingen til å be for mennesker som pr i dag ikke er en del av menigheten vår eller andre menigheter. Gå gjerne sammen 3 og 3 og be for de 3 personene du kjenner best som du ønsker skal bli en del av menigheten.

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!