



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: "kall og tjeneste"

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

INFO

Gudstjenester fremover

Neste gudstjeneste 17/1 og 24/1 – Gudstjeneste Ganddal Bydelshus

Cellesøndag 7/2 – bruk tid på å planlegge den – Ha et mål om at den kan være av betydning for andre mennesker

Husk oppfordringen om å gi noen leker til minigjengen! Ta de gjerne med på neste gudstjeneste!

Nytt evalueringsskjema ligger på www.bymenigheten-sandnes.no/evaluering - håper dere vil bruke tid på å gi tilbakemeldinger på ting som fungerer og som kan gjøres bedre!

ISBRYTER

Nevn en av dine nyttårsforsetter i løpet av livet som du ikke har lykkes helt med.

OPP

I løpet av en dag er det ofte hendelser og opplevelser som kan gjøre fokuset vårt på Gud noe uklart.

Begynn derfor samtalen med litt tid på å få fokus på han. Dette kan gjøres gjennom at dere lytter på en eller flere sanger som sier noe om hvem Gud er, det kan være sanger dere synger sammen eller salmer som leser fra Bibelen. Bruk tid på dette i gruppen – la det gjerne være tid til stillhet.

Eks kan være å be høyt sammen Salme 42 – les et vers hver på rundgang – la det være en pause mellom hvert vers

INN

Les teksten fra Domerne 6,11-16. Bruk god tid på å lese teksten hver for dere. Hva utfordret dere spesielt i denne teksten?

Hva forbinder du med ordet kall?

Er det slik at alle kristne har et kall?

I talen ble en utfordret på to kall – kallet til frelse og samfunn med Jesus, og kallet til tjeneste. Har du noen opplevelser av Gud har kalt deg og brukt deg til små eller store ting i hverdagen?

Les teksten fra Matt 9, 35 – 38. Der utfordres det på at høsten er stor, men arbeiderne få. Bruk tid på å be om at høstens Herre må drive ut arbeidere. Be særlig for misjonær Mona Dysjeland, for samarbeidsmenigheten våre i Rio Preto, Santa Fe, Aricatuba og Aperecida. Be og for hver enkelt i gruppen at en må være villig til å være en arbeider i "Guds åker!"

UT

Det er celsesøndag 7/2. Begynn planleggingen av celsesøndagen både praktisk og i bønn!

De fleste av dere har mobil med alarm funksjon. Still alarmen inn slik at den ringer daglig kl 09.37 – la det så fungere som en påminnelse om den oppfordring som ligger i teksten fra Matt 9, 37-38!

Be og for samarbeidsmenighetene våre i Brasil. Menighetene er: Santa Fe, Rio Preto, Aricatuba, Aparecida

Vi har hatt en samtale med rektor på Vågen Videregående Skole ang leie av lokaler der til høsten. De kan på nåværende tidspunkt ikke love oss noe i den forbindelse, men skal komme tilbake til det i mai. Be om at Gud må åpne dører slik at menigheten kan komme inn i det lokalet.



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: "En tro som varer"

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

INFO

Gudstjenester fremover

Neste gudstjeneste 14/2 og 21/2 – Gudstjeneste Ganddal Bydelshus

Cellesøndag 7/2 – bruk tid på å planlegge den – Ha et mål om at den kan være av betydning for andre mennesker

Husk oppfordringen om å gi noen leker til minigjengen! Ta de gjerne med på neste gudstjeneste!

Nytt evalueringsskjema ligger på www.bymenigheten-sandnes.no/evaluering - håper dere vil bruke tid på å gi tilbakemeldinger på ting som fungerer og som kan gjøres bedre!

ISBRYTER

Si 3 ting som gleder deg mest med ByMenigheten – Sandnes!

OPP

I løpet av en dag er det ofte hendelser og opplevelser som kan gjøre fokuset vårt på Gud noe uklart.

Begynn derfor samtalen med litt tid på å få fokus på han. Dette kan gjøres gjennom at dere lytter på en eller flere sanger som sier noe om hvem Gud er, det kan være sanger dere synger sammen eller salmer som leser fra Bibelen. Bruk tid på dette i gruppen – la det gjerne være tid til stillhet.

Eks kan være å be høyt sammen Salme 119, 89-112 – les et vers hver på rundgang – la det være en pause mellom hvert vers

INN

Les teksten fra Apg 20, 18-35. Bruk god tid på å lese teksten hver for dere. Hva utfordret dere spesielt i denne teksten?

Tenk deg 5 år frem i tiden. Hva håper du da har skjedd på følgende områder i livet ditt: (Noter det på et ark)

Troslivet

Etterfølgelsen av Jesus

Familielivet

Menighetslivet

Dersom du fortsetter livet ditt i den retningen som du går nå – vi du da nå disse målene? Hva er evt de største hindringene for at det kan skje?

I talen utfordret Helge på at de to største faren for "En tro som varer" og etterfølgelsen, er sløvhet og krevende situasjoner. Er dette noe som utfordrer deg om dagen på en konkret måte? Hva ønsker du evt å gjøre med dette, og hva kan evt cellegruppene bidra med? Prøv å være så konkret som mulig – og be om oppfølging på de bestemmelser du tar!

UT

Det er cellesøndag 7/2. Begynn planleggingen av cellesøndagen både praktisk og i bønn!

Vi har hatt en samtale med rektor på Vågen Videregående Skole ang leie av lokaler der til høsten. De kan på nåværende tidspunkt ikke love oss noe i den forbindelse, men skal komme tilbake til det i mai. Be om at Gud må åpne dører slik at menigheten kan komme inn i det lokalet.

Bruk tid på å be om at høstens Herre må drive ut arbeidere. Be særlig for misjonær Mona Dysjeland, for samarbeidsmenigheten våre i Rio Preto, Santa Fe, Aricatuba og Aperecida. Be og for hver enkelt i gruppen at en må være villig til å være en arbeider i "Guds åker!"

Bymenigheten – Sandnes sin visjon lyder at vi vil se mennesker komme til tru på Jesus, bli ført inn i et deltagende Fellesskap hvor alle vokser i tro og kjærlighet.

Visjonen er grunnleggende for vår eksistens!

Men hvor godt lykkes vi egentlig med denne?

I dette opplegget får utfordres dere som gruppe til å se på visjonens første del for dere som enkeltpersoner og som gruppe.

Begynn med å spørre dere selv om hva som er deres styrker som enkeltpersoner og som gruppe i møte med visjonens første del (Skriv dem ned).

Del så hvilke svakheter dere har.

Hvilke ubrukte muligheter har dere som enkeltpersoner og som gruppe til å kunne jobbe for at mennesker skal komme til tro?

Hvilke hindringer dere opplever finnes for at dette skal skje?

Som mennesker som har tatt imot Jesus er vi sendt til verden. Oppdraget Jesus gav oss er tydelig. Alle er sendt! Dersom dere prøver å oppsummere det de 4 punktene som dere nå har sett på enkeltvis og som gruppe, prøv da å hjelpe hverandre til å svare på følgende spørsmål:

Hvem er du sendt til?

Hvem er du sendt sammen med?

Hvordan kan dere som gruppe være med å bety en forskjell for andre mennesker gjennom de refleksjoner dere har gjort dere til nå? Er det noe av dette dere kan bruke til neste cellesøndag (11/4) – begynn allerede nå planleggingen og bønn for dette!

Gruppeopplegg til historien om "Mitt nabolag" fra gudstjeneste i ByMenigheten 14. februar 2010.

Isbryter

Om du hadde et stort ark, og fikk i oppgave å tegne ByMenigheten, hvordan hadde tegningen blitt?

Opp

Bruk tid i bønn, helst hver enkelt for seg. Be følgende bønn:

- "Gud, vis meg hva du gjør. Hva du gjør i mitt liv. Hva du gjør i min familie, på min arbeidsplass, blant de jeg omgås. Vis meg hva du gjør."

Vær stille og lytt i minimum 5 minutter. Om Gud viser deg noe, noter gjerne dette i etterkant av 5-minuttsperioden.

Be deretter følgende bønn:

- "Gud, hva er min rolle i det du gjør?"

Bruk også 5 minutt på dette, og noter om noe skulle komme opp.

Inn

Les sammen teksten som står i Luk. 10, 1-9.

Gå deretter sammen to og to. Les teksten en gang til.

Hva i teksten legger du merke til? Er det et ord eller en setning du legger spesielt merke til? Er det en tanke som slår deg? En anelse du får?

Del det du legger merke til med partneren din.

Gå deretter sammen i gruppa igjen. Del med hverandre det dere så eller la merke til i teksten. Men du skal ikke fortelle det du la merke til selv, det skal partneren din gjøre – og omvendt.

Ut

Teksten fra Luk. 10, 1-9 understreker hvem som er målgruppa for oss kristne når vi skal ut med evangeliet. "Fredens menneske" – en fredens person. Det som kjennetegner en slik person er:

- kan være hvem som helst
- er positiv til deg som person og til det du tror på
- er mer enn villig til å hjelpe deg og er opptatt av at andre skal få del i det du kommer med
- er selv mottakelig for budskapet om Jesus
- har ofte et rykte på seg, godt eller dårlig
- er ofte referanseperson, en som mange følger
- er ofte den første av flere som vender seg til Gud

Fredens menneske blir regnet som døråpnere, og er nøkkelpersoner når det gjelder utbredelsen av evangeliet. I den typiske Skandinaviske befolkningen regner man med at rett over 20 av 1000 innbyggere er fredens personer.

Ta en runde til slutt i gruppa med spørsmålet: Hvem i min nærhet passer denne beskrivelsen? Hvem er jeg i forhold til denne / disse personene?

"...og bor det et fredens menneske der... bli boende der... flytt ikke fra hus til hus..." Av de fredens personer dere nå har snakket om, er det noen dere ser at dere skal bli "boende" hos?



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: "Å søke Jesus Kristus"

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

INFO

Gudstjenester fremover

Neste gudstjeneste 7/3 og 14/3 – Gudstjeneste Ganddal Bydelshus

Dialogkafe 17/3 – hjertelig velkommen – husk påmelding på websidene. Denne kvelden kan og erstatte gruppa sin samling dersom det er enighet om det.

Misjonsselskap – 7/3 på Ebeneser. Det blir et sterkt Brasillfokus denne kvelden!

"Rasteplass for kvinner" – husk påmelding.

Husk oppfordringen om å gi noen leker til minigjengen! Ta de gjerne med på neste gudstjeneste!

Nytt evalueringsskjema ligger på www.bymenigheten-sandnes.no/evaluering

Se våre websider for mer detaljert informasjon

ISBRYTER

Har dere noen vaner/ritualer/tradisjoner i forbindelse med fastetiden?

OPP

I løpet av en dag er det ofte hendelser og opplevelser som kan gjøre fokuset vårt på Gud noe uklart.

Begynn derfor samtalen med litt tid på å få fokus på han. Dette kan gjøres gjennom at dere lytter på en eller flere sanger som sier noe om hvem Gud er, det kan være sanger dere synger sammen eller salmer som leser fra Bibelen. Bruk tid på dette i gruppen – la det gjerne være tid til stillhet.

Eks kan være å be høyt sammen Salme 4 – les et vers hver på rundgang – la det være en pause mellom hvert vers

INN

Hva er det i påskens budskap som gir deg mest glede?

I talen ble du utfordret til å gi ditt åndelige liv et terningkast på den nåværende situasjonen. Hvilket terningkast vil du gi deg selv akkurat nå?

Les Rom 7, 15-21. Opplever du ofte denne "kampen" i ditt ønske om å søke Jesus Kristus?

I hvilke situasjoner/perioder er det lettest for deg "å søke Jesus" og i hvilke er det vanskeligst?

I talen ble du utfordret til å lage en konkret plan nå i fasten for hvordan du kan søke Jesus i denne tiden frem mot påsken. Hvordan kan denne fastetiden fungere som en forberedelsestid for deg for påskens hendelser.

Cellegruppeopplegget for to ganger siden inneholdt konkrete 5 årsutfordringer. Har dere jobbet med dem? Del i så fall dette sammen!

UT

Sist gang jobbet dere med tanke på neste cellesøndag. Er det ting dere trenger å jobbe videre på med dette allerede nå? Neste cellesøndag er helgen etter påske!

Be og for samarbeidsmenighetene våre i Brasil. Menighetene er: Santa Fe, Rio Preto, Aricatuva, Aparecida

Vi har hatt en samtale med rektor på Vågen Videregående Skole ang leie av lokaler der til høsten. De kan på nåværende tidspunkt ikke love oss noe i den forbindelse, men skal komme tilbake til det i mai. Be om at Gud må åpne dører slik at menigheten kan komme inn i det lokalet.



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: "Lev enklere"

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

INFO

Gudstjenester fremover

Neste gudstjeneste palmesøndag (Bydelshuset) og 2 påskedag (Fredheim Arena)

"Rasteplass for kvinner" – husk påmelding.

Nytt evalueringsskjema ligger på www.bymenigheten-sandnes.no/evaluering

Se våre websider for mer detaljert informasjon

ISBRYTER

Hva er den beste gaven du noen gang har gitt til noen?

OPP

I løpet av en dag er det ofte hendelser og opplevelser som kan gjøre fokuset vårt på Gud noe uklart.

En hjelp kan være å bruke Ex – amen arket som er vedlagt. Dette arket anbefales å brukes både her under gruppesamling og å prøve hjemme!

INN

Les Matt 13, 44 - 46? Bruk tid hver for dere til å reflektere/meditere over denne teksten!

Del sammen det dere legger merke til i denne teksten. Hva utfordret – hva kjente du var godt osv.

Temaet for talen var kalt – Lev enklere. Vi oppfatter dette ofte som et krav. Hva mener dere årsaken til det kan være?

Lev enklere er et tilbud om frihet. Hva er den største friheten vi kan få gjennom et enklere liv slik du ser det?

I talen ble det nevnt at veien til glede går gjennom takknemlighet. Takknemlighet skapes ved fokus. Bruk litt tid hver for dere til å skrive ned en liste på ting dere er takknemlige for.

Takk Gud hver for dere over det du er takknemlig for

Del så noen punkter fra denne listen med resten av gruppen

UT

Er det noen mennesker som du kjenner på en takknemlighet for? Hva med å sende dem en SMS, mail, ringe dem eller på en annen måte fortelle dem hvorfor du er takknemlig for dem

Vågen Videregående skole har et spennende lokale som kan egne seg til gudstjenestelokale for Bymenigheten. Be om ledelse i det videre arbeidet knyttet til dette lokalet.



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: "Lev enklere"

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: "Fremme rettferdighet"

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

INFO

Gudstjenester fremover

Neste gudstjeneste palmesøndag (Bydelshuset), 2 påskedag (Fredheim Arena)

Cellesøndag 11/4

"Rasteplass for kvinner" – husk påmelding.

Nytt evalueringsskjema ligger på www.bymenigheten-sandnes.no/evaluering

Se våre websider for mer detaljert informasjon

ISBRYTER

Hva er det mest urettferdige du har sett andre har opplevd?

OPP

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

INN

Les Rom 3, 21 - 28? Bruk tid hver for dere til å reflektere/meditere over denne teksten!

Del sammen det dere legger merke til i denne teksten. Hva utfordret – hva kjente du var godt osv.

Temaet for talen var kalt – Å fremme rettferdighet. Rettferdighet er noe annet enn likhet – hvordan vil du definere rettferdighet?

Hva tenker du om begrepet Guds rettferdighet?

I talen ble det sagt at historiens største urettferdighet var at universets Gud ble korsfestet for oss mennesker. Hva tenker du om dette?

Sist gang laget dere en liste over alt dere var takknemlige for. Bruk tid på å takke Gud for at han frivillig ble korsfestet for oss mennesker.

Sist gang ble dere utfordret på å uttrykke takknemlighet til noen. Har dere gjort det? Del evt erfaringer om dette

UT

Be og for samarbeidsmenighetene våre i Brasil. Menighetene er: Santa Fe, Rio Preto, Aricatuba, Aparecida

Vågen Videregående skole har et spennende lokale som kan egne seg til gudstjenestelokale for Bymenigheten. Be om ledelse i det videre arbeidet knyttet til dette lokalet.

Å praktisere X-amen arket i dagliglivet



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: "Fremme rettferdighet"

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: "Bygge Fellesskap"

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

INFO

Gudstjenester fremover

Neste gudstjeneste palmesøndag (Bydelshuset), 2 påskedag (Fredheim Arena)

Cellesøndag 11/4

"Rasteplass for kvinner" – husk påmelding.

Nytt evalueringsskjema ligger på www.bymenigheten-sandnes.no/evaluering

Se våre websider for mer detaljert informasjon

ISBRYTER

Hva er den sterkeste opplevelsen du har hatt av fellesskap?

OPP

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

INN

Les Fil 2, 1 - 11? Bruk tid hver for dere til å reflektere/meditere over denne teksten!

Del sammen det dere legger merke til i denne teksten. Hva utfordret – hva kjente du var godt osv.

Temaet for talen var kalt – Å Bygge fellesskap. Dersom du legger janteloven til side – hva er det viktigste du kan bidra med inn i et fellesskap?

Mange har ulike opplevelser av det kristne fellesskapet. Hva kan dere i gruppen bidra med for å styrke fellesskapet i Bymenigheten?

Hvordan kan en gå fra et "konsumerende" fellesskap til et inkluderende fellesskap?

Dersom dere ser på den gruppen du er en del av, i hvilken grad opplever du den er med å skaper et inkluderende fellesskap i menigheten. Hva gjør dere bra – og hva kan dere evt endre på for å leve mer inkluderende og gjestfritt?

UT

Be og for samarbeidsmenighetene våre i Brasil. Menighetene er: Santa Fe, Rio Preto, Aricatuba, Aparecida

Vågen Videregående skole har et spennende lokale som kan egne seg til gudstjenestelokale for Bymenigheten. Be om ledelse i det videre arbeidet knyttet til dette lokalet.

Å praktisere X-amen arket i dagliglivet



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: "Bygge Fellesskap"

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 Layola 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

Isbryter

Alle får hvert sitt A4-ark. Hver enkelt person har 2 minutter til å gjøre arket lengst mulig på. Ingen andre hjelpemidler er lov enn hendene. Du kan rive i arket, men om du river det i stykker har du tapt. Personen som vinner får velge en matrett som skal lages til neste cellegruppesamling.

Inn

Les sammen teksten som står i Matt 13, 1-9 + 18-23.

Jesus deler her sine tilhørere inn i 4 kategorier:

DET STENGTE SINN – det som falt på veien. De som av ulike grunner ikke ønsker at andre skal påvirke livet, enten det dreier seg om stolthet, redsel eller umoralsk livsstil.

DET OVERFLADISKE SINN – det som falt på steingrunn. De som av ulike grunner helst vil livet skal leves på overflaten og synes alt som stikker dypt blir for komplisert å forholde seg til.

DET POSTMODERNE SINN – det som falt blant tornebusker. De som har så mye å gjøre, så mange interesser, at det som er det viktigste i livet hele tiden presses ut.

DET ÅPNE SINN – den gode jord som bærer ufattelig med frukt. De som er villige til å høre, til å lære og til å omsette nye tanker fra Gud i handling.

Mange av oss har kjent på flere av disse måtene å ta imot Guds ord på. Det kan være fasebestemt eller situasjonsbestemt. Hvilke av disse har du vært innom? Hvor er du i dag?

I talen ble det på en ironisk måte beskrevet 5 ulike skritt for å fjerne seg fra Gud.

- 1 – Å kutte tid med Gud (ikke lese bibelen, ikke be, ikke engasjere seg i menigheten osv.).
- 2 – Å skyldte på Gud om ting går galt (ikke tro at prøvelser bygger karakter).
- 3 – Gi etter for fristelser (alle andre gjøre det, så hvorfor kan ikke jeg)
- 4 – Elsk det materielle mer enn Gud (ting er lykke, tiende er fælt).
- 5 – Lat som om du er kristen (lær deg språket og kulturen).

I din hverdag; hvordan fjerner du deg lettest fra Gud ut fra denne listen? Hva gjør at du fortsetter med det?

Opp

Gud har lovet oss i sitt ord at om vi søker ham, skal vi finne ham. Vi er svært forskjellig sammensatt, og søker Gud på litt ulikt vis:

- 1 – Ved intellektet (taler, bøker, tanker).
- 2 – Ved meditasjon (retreat, stillhet).
- 3 – Ved tjeneste (å bety noe for andre).
- 4 – I naturen (gjennom skaperverket).
- 5 – Gjennom handling (den visjonære drivkraft).
- 6 – Gjennom tilbedelse (bønn, lovsang).
- 7 – Gjennom relasjoner (fellesskap med andre kristne).

Hvilke 2-3 veier kjenner du deg mest hjemme? Hvordan gjør du deg bruk av disse hver uke? Har du prøvd ut noen av veiene du ikke føler som naturlig? Hvordan var i så fall det?

Ut

Be en avslutningsbønn hvor alle tilstede medregnes, gjerne med navn. Be om styrke til å ta det valget det er å være god jord. Be om styrke til å gå et stykke vei i Jesu navn, hvor sinnet kan bli mer åpent for hva Gud har å gi. Be om å få være som den gode jord som bærer frukt, slik at det merkes av de menneskene som er rundt deg, også de som ikke kjenner Gud slik du gjør.



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: "Vær utro"

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

INFO

Gudstjenester fremover

Neste gudstjeneste 2 pinsedag kl 11.00 – tale v Ludvig Bjerkreim

30 mai – Gudstjeneste kl 11.00 Ganddal Bydelshus

6 juni – stor felles gudstjeneste Ruten

Nytt evalueringsskjema ligger på www.bymenigheten-sandnes.no/evaluering

Se våre websider for mer detaljert informasjon

ISBRYTER

Hva er den beste kjærlighetsfilmen du noen gang har sett? Hvorfor valgte du akkurat denne?

Har utroskap blitt en akseptert del av vårt samfunn? Hvorfor/hvorfor ikke?

OPP

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

INN

Les Ordspråkene 5? Bruk tid hver for dere til å reflektere/meditere over denne teksten!

Har noen du kjenner blitt berørt av noen sitt utroskap? Hvordan?

Les Ordsp 5, 8-10. Å unngå utroskap handler om å redusere risikoen. Dersom du er gift – hvilke steg kan du ta?

Hvordan kan gruppen være med å redusere risikoen for utroskap? Har du noen (utenom din ektefelle) som holder deg ansvarlig overfor disse tingene?

Les Ordsp 5, 18-20. Nevn noen måter en kan investere i eget ekteskap på? Hvorfor er det å ha et godt åndelig liv sammen som ektefelle den viktigste faktoren når en skal bygge et sterkt ekteskap?

Les Ordsp 5, 3-5. EN annen måte å unngå utroskap på er å synliggjøre for seg selv konsekvensene av utroskap. I tillegg til å ødelegge ekteskapet – hvilke andre negative konsekvenser ser dere i utroskap?

Les 2 Tim 2, 13

Hvordan har du sett Guds trofasthet i situasjoner hvor det var utroskap i bilde?

UT

Bruk følgende bønne- og leseplan de neste dagene:

Dag 1 – Les 2 Mos 20,14. Be for de du kjenner som er berørt av utroskap. Dersom du er gift, be om Guds beskyttelse over ekteskapet.

Dag 2 – Les Ordsp 5,1-10. Be Gud om hjelp til å redusere risikoen for utroskap. Bestem deg for å gjøre det du kan for at det skal skje. Dersom du ikke er gift – be Gud om å leve rent på det seksuelle området.

Dag 3 – Les Ordsp 5,18-20. Bestem deg i bønn for at du vil investere i ekteskapet ditt.

Dag 4 – Hebr 13,4. Bestem deg for å holde ektesengen ren. Be om Guds hjelp i å gjøre det. Be om hans styrke.

Dag 5 – Les 2 Tim 2,13. Bruk tid på å takke Gud for hans trofasthet i livet ditt og i livene til de du kjenner. Takk for hans konstante nærvær.

Be og for samarbeidsmenighetene våre i Brasil. Menighetene er: Santa Fe, Rio Preto, Aricatuba, Aparecida



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: "Vær utro"

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

Isbryter

Alle får hvert sitt A4-ark. Hver enkelt person får 1 minutt til å lage en hatt av dette som plasseres på hodet. Deretter har alle i oppgave å gå rundt i rommet med hatten på hodet. Det gjelder å få hatten til de andre i gruppen å falle av. Man har lov å bruke hendene til å ødelegge for andre, men ikke for å beskytte sin egen hatt. Den som står alene igjen med A4-hatten på hodet har vunnet. Om det er flere konkurranse personer i gruppen kan man ha leken flere ganger slik at mange får muligheten til å vinne... Ellers kan kvelden bli trasig ☺

Inn

Les sammen lignelsen i Luk. 12, 16-20.

Mange av oss har en tendens til å tenke:

"Om jeg bare hadde hatt..... da skulle jeg blitt fornøyd!" eller:

"Om jeg bare hadde gått ned kilo, skulle blitt fornøyd!" eller:

"Om jeg bare hadde hatt en annen mann / kvinne å leve sammen med, da skulle jeg blitt fornøyd!" osv.

De fleste av oss har noe vi er misfornøyd med, og dette kan prege livet i større eller mindre grad.

Snakk først sammen om følgende spørsmål:

Når du ser på andre, hva tenker du er toppen på misfornøydhet og utakknemlighet?

Ta også en åpen runde med følgende spørsmål stilt til deg selv:

Hva er du mest misfornøyd med for tiden?

Hva skal evt. til for at du blir fornøyd på dette området?

Opp

Les sammen Luk. 17, 11-19.

Les om igjen vers 17-18. Hvordan tror du Jesus opplevde denne situasjonen?

Mange ting i bibelen tyder på at Guds hjerte knuses av vår misfornøydhet og utakknemlighet.

Hva vil motgiften mot misfornøydhet være i ditt liv?

I preika til dette temaet ble vi utfordret til å teste en type motgift mot utakknemlighet; det såkalte 60/7-eksperimentet. Dette går i korte trekk ut på å bruke en alarm, enten fra klokke eller mobil, som ringer hver time man er i våken tilstand. Hver gang alarmen går, stanser man med det man holder på med i 5-10 sekunder for å takke Gud med følgende 2 setninger: "Takk Gud for at du er nær meg. Takk Gud for alt du gir meg."

Del erfaringer fra dette eksperimentet med hverandre.

Er 60/7-eksperimentet noe du / dere kan tenke dere å fortsette å gjøre?

Ut

Be en avslutningsbønn hvor alle tilstede medregnes, gjerne med navn. Be om styrke til å starte en jobb med å vende seg fra sin egen misfornøydhet, og til en takknemlighet over for Gud. Be om hjelp til å finne en passende motgift mot din misfornøydhet. Be om hjelp til å finne en rytme i dette som kan gi varige forandringer i ditt liv, så du kan leve i større takknemlighet over for han som har gitt deg alt...



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: "visjonen"

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

INFO

Gudstjenester fremover

Neste gudstjeneste 5 september kl 11.00

12 sept – Show it! – kl 11.00

19 september – kl 11.00 - Gudstjeneste

Nytt evalueringsskjema ligger på www.bymenigheten-sandnes.no/evaluering

Se våre websider for mer detaljert informasjon

ISBRYTER

Hva er den ene tingen fra denne sommeren som du vet du vil huske i lang tid fremover!

OPP (Velg en av følgende)

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

Syng eller lytt til noen lovsanger sammen

Les Salme 138 sammen

INN

Les Joh 15, 1-17? Bruk tid hver for dere til å reflektere/meditere over denne teksten!

Del med hverandre tanker fra denne teksten! Er det noe i denne teksten som spesielt utfordrer deg?

Er det utfordringer fra denne teksten som spesielt gjelder din cellegruppe?

Bymenighetens visjon er:

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

Hvilket forhold har du til denne visjonen? Hva kan deres cellegruppe gjøre for at denne visjonen mer og mer skal bli en reel beskrivelse på ditt, cellegruppen og menighetens liv

Teksten utfordrer på at en "disippels kjennetegn" er at han blir i Guds Ord og elsker fellesskapet. Hvordan opplever du ditt forhold til ordet og fellesskapet om dagen?

Bruk tid på å be for hverandre om hjelp til å leve i Ordet og i fellesskapet. Del dere gjerne inn i mindre grupper og legg hendene på hverandre når dere ber.

UT

Be og for samarbeidsmenighetene våre i Brasil. Menighetene er: Santa Fe, Rio Preto, Aricatuba, Aparecida

Det er planlagt noen celledønder også denne høsten – snakk sammen om hvordan dere kan bruke dem. Begynn å be for de samlingene!



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: "visjonen"

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: "Guds fulle rustning"

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

INFO

Gudstjenester fremover

Neste gudstjeneste 5 september kl 11.00

12 sept – Show it! – kl 11.00

19 september – kl 11.00 - Gudstjeneste

Nytt evalueringsskjema ligger på www.bymenigheten-sandnes.no/evaluering

Se våre websider for mer detaljert informasjon

UT

Be og for samarbeidsmenighetene våre i Brasil. Menighetene er: Santa Fe, Rio Preto, Aricatuba, Aparecida

Det er planlagt noen celledønder også denne høsten – snakk sammen om hvordan dere kan bruke dem. Begynn å be for de samlingene!

ISBRYTER

Hver enkelt skal fortelle om 2 gode grunner for å fullføre et "basehopp" fra Kjerag. Det er ikke lov til å si det samme som andre har sagt!

OPP (Velg en av følgende)

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

Syng eller lytt til noen lovsanger sammen

Les Salme 8 sammen

INN

Les Ef 6, 10-18? Bruk tid hver for dere til å reflektere/meditere over denne teksten!

Del med hverandre tanker fra denne teksten! Er det noe i denne teksten som spesielt utfordrer deg?

Hva tenker du når du hører ordet åndskamp?

Hva er årsaken til at mange i dag har en manglende bevissthet til denne virkeligheten?



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: "Guds fulle rustning"

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: Efeserbrevet, del 1 (kap. 2, 1-10)

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

INFO

Gudstjenester fremover

03.sept – Gudstjeneste kl. 11 – Efeserbrevet del 3

24.okt – Show it kl. 11

Nytt evalueringsskjema ligger på www.bymenigheten-sandnes.no/evaluering

Se våre websider for mer detaljert informasjon

ISBRYTER

Hva har opptatt tankene dine mest i dag? Hva har du fokusert mest på? Jobbrelaterte ting? Ting hjemme? En relasjon? Del gjerne dette med gruppa.

OPP (Velg en av følgende)

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

Syng eller lytt til noen lovsanger sammen

Les Salme 131 sammen, hver deretter stille i 5 minutter mens dere leser salmen for dere selv. Hva stanser du ved? Et ord? En tanke? Et bilde? Ingenting? Uansett hva du sitter igjen med, del gjerne dette med gruppa.

INN

Les teksten i Ef. 2, 1-10 sammen. Ut fra det dere husker fra preika – fyll inn følgende (gjør det gjerne en og en, og sammenlign svarene etterpå):

- Del 1 – vers 1-3
 - Dere / vi, betyr i teksten: _____/_____
 - 1 Døde, vil i teksten si: _____
 - Misgjerninger betyr her: _____
 - Synder betyr her: _____

- 2 Slaver, vil i teksten si: _____
 - "Verden" – betyr _____
 - "Djevelen" – gjør _____
 - "Kjøtt" – vil si _____
- 3 Fordømte, pga: _____
 - Guds vrede er ikke: _____ men: _____

• Del 2 – vers 4-10

- 1 Hva har Gud gjort for oss?
 - Frelse er 3 ting:
 - Gjort _____
 - _____ opp
 - Satt _____
- 2 Hvorfor Gud har gjort dette for oss?
 - Guds motivasjon beskrives i teksten av 4 ord: _____, _____, _____ og _____
- 3 Hvordan får vi det Gud har gjort for oss?
 - Av _____
 - Ved _____
 - Til _____

Hvem i gruppa husket mest? (*Fasit finnes på side 3 ☺) Diskuter gjerne ting som virker uklart for dere. Om det dukker opp spørsmål som trengs en forklaring, ikke nøl med å sende en av menighetens prester en e-post felles fra gruppa.

UT

Paulus snakker i denne teksten om at vi skapt i Kristus til gode gjerninger, som Gud på forhånd har lagt ferdige for at vi skulle vandre i dem.

Hva vil dette si for deg i ditt liv? Hvordan gjør du for å lære deg å se disse ferdiglagte gjerningene?



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: Efeserbrevet, del 1 (kap. 2, 1-10)

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 Layola 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: Efeserbrevet, del 1 (kap. 2, 1-10)

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

* Fasit på oppgave INN:

- Del 1 – vers 1-3
 - Dere / vi, betyr i teksten: hedninger / jøder
 - 1 Døde, vil i teksten si: "Åndelig døde"
 - Misgjerninger betyr her: å ta feil vei (det å unnlate å gjøre det gode / passivitet)
 - Synder betyr her: å bomme på målet (det å aktivt gjøre feil)
 - 2 Slaver, vil i teksten si: Å være bundet
 - "Verden" – betyr kulturen (for oss; den sekulariserte verden)
 - "Djevelen" – gjør det onde
 - "Kjøtt" – vil si det egosentriske i mennesket
 - 3 Fordømte, pga: våre misgjerninger og synder
 - Guds vrede er ikke: basert på humør, men: er en konstant, personlig kamp mot det onde.
- Del 2 – vers 4-10
 - 1 Hva har Gud har gjort for oss?
 - Frelse er 3 ting:
 - Gjort levende
 - Reist opp
 - Satt ved høyre hånd
 - 2 Hvorfor Gud har gjort dette for oss?
 - Guds motivasjon beskrives i teksten av 4 ord: barmhjertighet, kjærlighet, nåde og godhet.
 - 3 Hvordan får vi det Gud har gjort for oss?
 - Av nåde
 - Ved tro
 - Til gode gjerninger



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: "Efeserne 4"

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

INFO

Gudstjenester fremover

24. oktober – Show it! – kl 11.00

31 oktober – kl 11.00 – Gudstjeneste

31 oktober HalloVenn

Nytt evalueringsskjema ligger på www.bymenigheten-sandnes.no/evaluering

Se våre websider for mer detaljert informasjon

ISBRYTER

Hvilken opplevelse med Gud har satt dypest spor i deg?

OPP (Velg en av følgende)

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

Syng eller lytt til noen lovsanger sammen

Les Salme 145 sammen

INN

Les Efeserne 4? Bruk tid hver for dere til å reflektere/meditere over denne teksten!

Del med hverandre tanker fra denne teksten! Er det noe i denne teksten som spesielt utfordrer deg?

Ordet fellesskap er en viktig betegnelse i Bibelen. Ordet som bla brukes er Koinonia. Finn et ark til hver – sett en strek på midten. På venstre side av arket skriver hver enkelt opp alle fordeler med fellesskap i menighetssammenheng, mens det på høyre side skriver opp alt en ville mistet som kristen/menighet dersom en ikke hadde fellesskap.

Dersom alle kristne har en av rollene som beskrives i v 11 – hva er din/dine rolle(r) tror du? Søk gjerne på nettet for å finne ut mer om hva som ligger i de enkelte rollene dersom det er noe uklart.

I talen ble en utfordret på at opplevelsen av Fellesskap i menigheten var avhengig av din overgivelse til fellesskapet. Det vil være en sterk kvalitetsforskjell på et fellesskap av overgitte mennesker, og et fellesskap preget av avstand og lite overgivelse. Hva er de største hindringene for et enda bedre fellesskap i Bymenigheten slik du ser det?

Be for det fellesskapet dere har i gruppen. Be om at det er en plass med trygghet og åpenhet for nye mennesker.

UT

Et fellesskap i menighetssammenheng er et åpent og inkluderende fellesskap. Hvor åpent og inkluderende er gruppen deres? Samtal om hva som kan gjøres for at akkurat deres gruppe kan bli enda mer åpen!

Be og for samarbeidsmenighetene våre i Brasil. Menighetene er: Santa Fe, Rio Preto, Aricatuba, Aparecida

Det er planlagt noen celsesøndager også denne høsten – snakk sammen om hvordan dere kan bruke dem. Begynn å be for de samlingene!



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: "Efeserne 4"

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

INFO

Gudstjenester fremover

7 november – kl 11.00 Tema Bønn – utfordringer i bønnelivet

14 november – kl 11.00 Tema Bønn – å be slik Jesus ba

21 november – kl 11.00 Fellesgudstjeneste i Gand Kirke – Tema de forfulgte kristne

Nytt evalueringsskjema ligger på www.bymenigheten-sandnes.no/evaluering

Se våre websider for mer detaljert informasjon

ISBRYTER

Hva er det tydeligste bønnesvaret du noen gang har fått?

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

Gå sammen to og to Les Salme Luk 1, 68 - 79 over den som du er sammen med i samsvar med arket som er vedlagt. Bytt ut de **uthevede** stedene med navnet på den du leser for.

INN

Les Salme 5, 1-4? Bruk tid hver for dere til å reflektere/meditere over denne teksten!

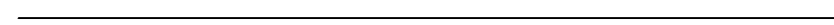
Del med hverandre det som møtte dere i denne teksten.

I talen ble det snakket om 4 årsaker til at bønnelivet kan være litt svakt. De 4 var: Usikkerhet, forstyrrelser, usikkerhet, skuffelser. Er det noen av disse årsakene som du kjenner deg igjen i?

Bønn ble definert som en samtale med Gud. Dersom du skal være helt ærlig hvor vil du plassere deg på følgende skala

Monolog

Dialog



Bønn ble i talen definert som samtale med Gud. Er det ting som kan gjøres for at ditt bønneliv skal være mer dialogrettet?

Test ut følgende og prøv følgende punkter for stille bønn:

1. Ha med notatark
2. Sitt godt/pust rolig
3. Skriv ned huskeliste
4. Lytt lenge før du noterer
5. Be og Handle

UT

Neste cellesøndag er 28.11. Snakk sammen om denne og hva dere kan gjøre for andre i det tidsrommet.

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!

Utfordre hverandre på stille lyttende bønn 5 min hver dag i tiden fremover



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 Layola 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

Teksten leses med å bytte ut de uthevede stedene med navnet på den du leser det for eller med deg/han/henne osv

68 «Løvet være Herren, Israels Gud,

for han har sett til **sitt folk** og forløst **det**.

69 Han har oppreist for **oss** et horn til frelse

i sin tjener Davids hus,

70 slik han lovet fra gamle tider

ved sine hellige profeters munn:

71 å frelse **oss** fra våre fiender

og fra hånden til alle dem som hater **oss**.

72 Han viste miskunn mot våre fedre

og kom i hu sin hellige pakt,

73 den ed han ga som løfte

til Abraham, vår stamfar,

74 så **vi**, frelst fra fiendehånd og uten redsel, kan tjene ham

75 i renhet og rettferd for hans åsyn alle **våre** dager.

76 Og du, **barn**, skal kalles profet for Den høyeste,

for du skal gå fram foran Herren og rydde hans veier

77 og lære hans folk å kjenne frelsen, at deres synder blir tilgitt,

78 for vår Gud er rik på miskunn.

Og slik skal lyset fra det høye

gjeste **oss** som en soloppgang

79 og skinne for dem som bor i mørke og dødens skygge,

og lede **våre** føtter inn på fredens vei.))



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: "Hvorfor svarte ikke Gud på bønn?"

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

INFO

Gudstjenester fremover

14. nov. – "Å be slik Jesus gjorde" – kl. 11.00 - Bydelshuset

21. nov. – "De forfulgte kristne" - kl. 11.00 – Gand kirke

28. nov – "Cellesøndag"

Nytt evalueringsskjema ligger på www.bymenigheten-sandnes.no/evaluering

Se våre websider for mer detaljert informasjon

ISBRYTER

Hva syns du er flaut? Nevn gjerne eksempler du har hørt eller fra eget liv.

OPP (Velg en av følgende)

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

2 - Syng eller lytt til noen lovsanger sammen

3 - Les Salme 23 sammen

INN

Les sammen eller hver for dere følgende tekst: Joh. 14, 15-26. Les om igjen v. 16, v. 18 og v. 23.

Denne teksten beskriver for oss forholdet mellom Fader, Sønn og Hellig Ånd, men også hvordan Gud skal bli hos oss som er hans barn.

Hva er ditt forhold til det at Gud er 3 personer?

Når du snakker med Gud, hvordan tiltaler du han? Bruker du alle hans navn, eller foretrekker du et? F.eks sier du helst Jesus, Far eller Hellig Ånd. Eller bruker du å tiltale ham Herre eller Gud?

I talen på søndag lærte vi på ny om at Gud alltid er nær oss. Det at vi ber påvirker ikke at Gud kommer nær, men gjør at vi kommer nær Gud.

Hva er ditt forhold til bønn for tiden. Er du i en fase hvor det er lett? Eller er du i en tørkeperiode? Eller er det vanskelig?

I talen ble det beskrevet 3 dilemma vi kan ha i relasjonen til Gud.

- at vi kan ha et forhold til Gud som er preget av andre personers BILDE av ham...
- at vi kjenner på ulike følelser av MOTSTAND når vi ber eller leser i bibelen...
- at formen eller SPRÅKET vi bruker i bønn føles tomt og mest som floskler...

Å gjenkjenne et slikt dilemma i eget liv er som regel veldig frigjørende og fruktbart for relasjonen med Gud. Det fremmer vekst i tros livet.

Bruk gjerne tid 2 og 2, kvinner og menn, eller hele gruppen, og sett ord på ting som ble tydelig for dere gjennom beskrivelsen av disse 3 dilemmaene. Løft hvert enkel ting kort opp for Gud i bønn etter det er satt ord på.

UT

Sett av tid denne gruppesamlingen til å planlegge neste Cellesøndag, 28. Nov. Dette er første søndag i advent. Hvordan kan det prege eller hjelpe dere til å arrangere Cellesøndag?

Til slutt: Be og for samarbeidsmenighetene våre i Brasil. Menighetene er: Santa Fe, Rio Preto, Aricatuba, Aparecida. Be også for prosjektet menigheten vår driver på Sola, kalt "Mitt nabolag". Be spesielt om beskyttelse for familiene som er involvert i dette arbeidet.



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: "Hvorfor svarte ikke Gud på 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 Layola 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

INFO

Gudstjenester fremover

28. november - cellesøndag

5 desember – kl 11.00 Bydelshuset

12. desember – kl 11.00 Show it

24. desember – kl 14.30 og 16.00 Gudstjeneste julaften

Nytt evaluerings skjema ligger på www.bymenigheten-sandnes.no/evaluering

Se våre websider for mer detaljert informasjon

ISBRYTER

Hva er den rareste bønne du noen gang har bedt?

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 Salme 113. Bruk den så som utgangspunkt for takkebønn. Tre – fire takkebønner til hvert vers

INN

Les Matt 6, 0 - 13? Bruk tid hver for dere til å reflektere/meditere over denne teksten!

Del med hverandre det som møtte dere i denne teksten.

Hva er ditt forhold til Fader Vår som bønn?

Er det en del av Fader Vår som du har et spesielt forhold til, del som er vanskelig å forstå og en del som du synes er krevende?

I talen ble det sagt at Fader Vår er en bønn med 6 Tema – se vedlegg. Det var også fokus på at Fader Vår var noe mer enn en liturgisk bønn, men en bønn som var ment tematisk å si oss noe viktig om bønn.

Bruk tid på å gå gjennom de ulike temaene i vedlegget. Snakk sammen om hva dere tenker ligger i de ulike temaene.

"Seksanten" med de ulike Fader Vår temaene er en hjelp til og å be for et bønneemne med ulike fokus. Finn et bønneemne hver for dere som dere i stillhet ber for ved hjelp av seksanten. Dersom det er et område/tema som dere stopper opp ved, så bruk tid på å reflektere om det er noe Gud ønsker å si til deg ved akkurat dette.

Gå sammen to og to, evt tre og tre og bruk 6 kanten som en måte å be for hverandre på. Dersom dere er tre og tre, så tar dere annet hvert tema.

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!

Bruk bønne Fader Vår som utgangspunkt for bønn for menigheten og for Sandnes by



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

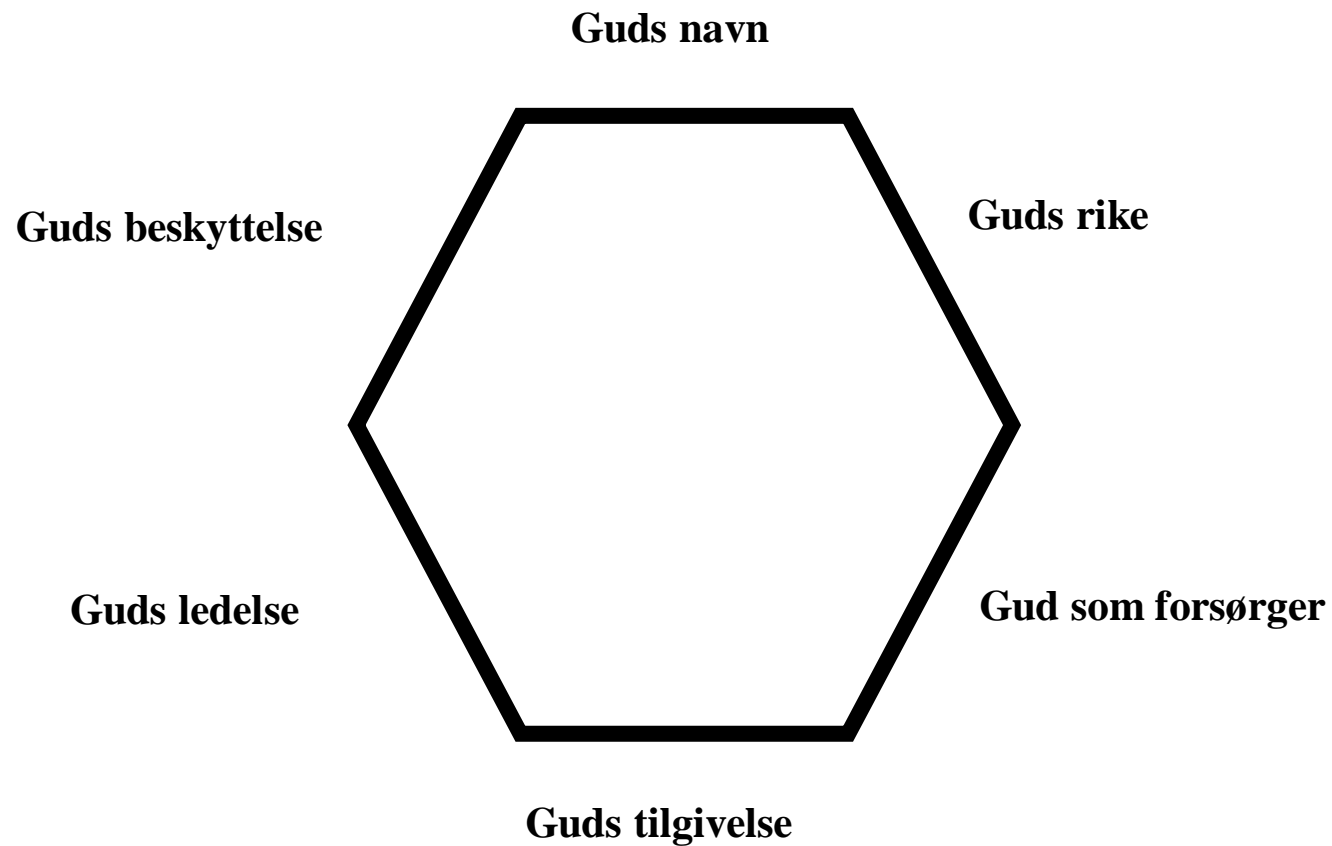
- 1 – Be Gud om lys over dagen
- 2 – La dagen du har hatt komme frem i tanken
- 3 – Be om hjelp til å se hvor Gud var i dag
- 4 – Spør han om det er noe han vil du skal vite
- 5 – Be om tilgivelse for det som gikk galt



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





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: "Hva vil det si "å tolke" bibelen?"

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

INFO

Gudstjenester fremover

12. des. – "Show it" – kl. 11.00 - Bydelshuset

24. des – Julaftengudstjenester kl. 14.30 og 16.00

ISBRYTER

Hva ønsker du deg til jul i år? Hva er den kjæreste gaven du noen gang har fått til jul? Hvorfor ser du slik på den?

OPP (Velg en av følgende)

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

2 - Syng eller lytt til noen lovsanger sammen

3 - Les sammen Marias lovsang i Luk. 1, 46-55.

INN

Les sammen Matt. 16, 17-19 og Matt. 18, 18-20.

I prekenen på søndag ble vi presentert for en del begreper som stammer fra bibeltolkerne på Jesu tid; rabbiene. Gå gjennom følgende liste og se hva dere husker om de forskjellige tanker og begrep:

- Hva er "åk" et bilde på?
- Hva vil det si "å ta på seg en rabbis åk"?
- Hva var målet for jødisk tolkning av Skriftene?
- Hva betyr "å oppheve loven" & "å oppfylle loven"?
- Hva kan man si om læren til en rabbi når han sier "dere har hørt det er sagt ... men jeg sier dere"?
- Hva betyr "å binde"? Hva betyr "å løse"?
- Hvem ga rabbiene videre "rikets nøkler" til?
- Hva betyr setningen "for hvor to eller tre er samlet i mitt navn, der er jeg midt iblant dem"?

Opp gjennom de siste århundrene har det i kirkehistorien blinket seg ut spesielt 3 tradisjoner når det gjelder å lese bibelen:

- Det modern-kritiske bibelsyn (av mange kalt "det liberale syn")
- Biblisisme/fundamentalisme (av mange kalt "det konservative syn")
- Det positivt evangeliske bibelsyn (av mange kalt "det konservative syn")

Om dere ikke kjenner hovedtrekkene i disse, få en i gruppen til å "grave" litt og redgjøre for dette (spør gjerne en av prestene i menigheten om litteratur). Hvorfor tror du mange blander sammen de to "konservative" bibelsynene?

Vi i ByMenigheten tilhører tradisjonen rundt det positivt evangeliske bibelsyn. Har dette hatt noe å si for ditt valg av menighet?

I spenningsfeltet mellom å oppdage hva Gud GJØR i dag OG å oppfatte hva som er vår ROLLE som Jesu etterfølgere i vår tid, er bibelen vår tolkningsnøkkel.

Samtidig er det vår oppgave i fellesskap å ta tekstene i bibelen på alvor, tolke dem, og ta et valg for hva de betyr om vi skal bære dem ut i våre liv - altså vår ROLLE. Det er også vår oppgave å tolke bibelen for å kjenne igjen hva Gud GJØRDE da (bibelsk tid) for så å gjenkjenne hva han GJØR blant oss i dag.

Dette er en læringssirkel; Tolke bibelen, som igjen tolker oss og Guds virke i vår samtid. Tolke bibelen, som igjen... etc.

I preika på søndag ble setningen fra 3. Mosebok nevnt som et av bibelen sentrale bud. "Du skal elske din neste som deg selv..." I den engelske oversettelsen står det; "Du skal elske din nabo som deg selv..."

Om du skal omsette dette budet i ditt liv. Hvordan vil det se ut?

- Hva betyr det å elske?
- Hvem er naboen / nesten?

Diskuter setningen, studer ordene, be om den Hellige Ånds ledelse, og gjør noen små enkle valg for hva dette kan ha for betydning for dere som gruppe og enkeltpersoner.

UT

Sett av tid denne gruppesamlingen til tenke gjennom om det er noe eller noen dere som fellesskap kunne tenkt dere å gitt eller gjort noe for denne advent-/juletiden.



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: "Hva vil det si "å tolke" bibelen?"

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 Layola 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