

LIVSNÆRE  
felleskap



GRUPPEMANUAL

## Innhold:

1:	FORORD	(s. 3)
2:	DET LIVSNÆRE FELLESSKAPET	(s. 4)
2.1	HVORFOR LIVSNÆRE FELLESSKAP?	(s. 4)
2.2	HENSIKT	(s. 5)
2.3	VERDIER OG MÅL	(s. 5)
2.4	BØNN I GRUPPENE – HVORFOR ER DETTE SÅ VIKTIG?	(s. 6)
2.5	LEDELSE AV GRUPPA	(s. 6)
2.6	NESTLEDER	(s. 6)
3	DE 4 ELEMENTENE I GRUPPEKVELDEN	(s. 7)
3.1	SOSIALT FELLESKAP – MENNESKE TIL MENNESKE	(s. 7)
3.2	TILBEDELSE – MENNESKET TIL GUD	(s. 7)
3.3	UNDERVISNING OG SAMTALE – GUD TIL MENNESKET	(s. 7)
3.4	BØNN OG SAMTALE OM IKKE-KRISTNE – OSS TIL VERDEN	(s. 7)

## 1: Forord

Dette heftet er ment som inspirasjon og veiledning til hvordan vi ønsker at de livsnære fellesskapene, eller huskirkene som de ofte blir kalt, skal være på Fredheim. Vi håper det kan være til hjelp!

For gruppeledere og nestledere finnes en gruppeledermanual med noen flere temaer.

*Ressursgruppen for livsnære fellesskap, august 2014*

Lise Sæstad Beyene

Dagfinn Jensen

Marianne Kirkeby

## 2: Det livsnære fellesskapet

---

### 2.1-Hvorfor livsnære fellesskap?

Fellesskapet på gudstjenesten er viktig, men det er allikevel begrenset i forhold til hvor dyp relasjon man kan utvikle til de andre som går der. Fredheim forsamling ønsker at alle skal være med i et mindre fellesskap i tillegg til å møtes til gudstjenester fordi det gir muligheter som det store fellesskapet ikke gir. Det er en av grunnene til at vi har livsnære fellesskap. De livsnære fellesskapene skal være små felleskap hvor en kan få venner, bli sett og savnet når en ikke kommer. Vi trenger felleskap hvor vi kan komme slik som vi er å bli inkludert, sett og elsket. Vi trenger felleskap hvor vi kan komme med livet slik som det faktisk er, med gleder, sorger, sår og nederlag, og møte omsorg og oppbakking. Et livsnært fellesskap er et felleskap hvor vi kan hjelpe hverandre å leve det kristne livet der vi er i hverdagen vår. Vi ønsker at fellesskapene på Fredheim skal være et sted der det også kan være godt å komme for en som enda ikke er kristen, eller er ny som kristen. Samtidig skal det livsnære fellesskapet være inspirerende og utfordrende for den som har levd lenge med Jesus, der vi sammen har et ønske om å bli mer lik Ham.

En annen grunn til at vi har livsnære fellesskap, er at vi ser at Jesus og de første kristne hadde både store og mindre felleskap. I evangeliene ser vi at Jesus både forholdt seg til den store folkemengden, og til mindre grupper. Han hadde de 12 disiplene og de tre som han hadde et ekstra nært forhold til. De første kristne i Jerusalem hadde det likedan:

*"De holdt seg trofast til apostlenes lære og fellesskapet, til brødsbrytelsen og bønnene. Hver og en ble grepet av ærefrykt, og mange under og tegn ble gjort av apostlene. Alle de troende holdt sammen og hadde alt felles. De solgte eiendommene sine og det de ellers eide, og delte ut til alle etter som hver enkelt trengte det. Hver dag holdt de trofast sammen på tempelplassen, og i hjemmene brøt de brødet og spiste sammen med oppriktig og hjertelig glede. De sang og lovpriste Gud og var godt likt i hele folket. Og hver dag la Herren til nye som lot seg frelse."*

Apg. 2:42-47

I Apostlenes gjerninger ser vi at når vekkelsen brøt ut på pinsedag oppstod det med en gang to typer felleskap: Storsamlinger i tempelet og mindre grupper i hjemmene hvor de møttes regelmessig. De hadde praktisk omsorg for hverandre og de delte det de hadde og gav til dem som var i nød. De hadde lovsang, tilbedelse og bønn og de spiste sammen og hadde nattverd. De lyttet til apostlenes undervisning og de var preget av glede og takknemlighet.

Og resultatet – folk i byen satt pris på dem og hver dag ble nye mennesker frelst!

På Fredheim jobber vi for "å gjøre Jesus synlig".

For å klare det trenger vi mer enn møter med tale og lovsang. Vi trenger små felleskap hvor vi kan leve livet sammen med noen som er tett inn på hverdagen vår.

## 2.2 - Hensikt

Et livsnært fellesskap er en samling av mennesker som bryr seg om hverandre, som sammen har et ønske om å bli mer lik Jesus, og som blir kjent med Guds hjerte for de som ikke kjenner Han og ønsker å nå ut til dem, alt til Guds ære.

Hvordan skal vi kunne oppnå dette?

Vi tror at nøkkelen til å se det skje er at Jesus selv får være sentrum for alt som skjer i gruppa. Han ønsker å gi oss sin omsorg som vi igjen kan gi videre til hverandre. Han ønsker å forandre vår karakter og gi oss del i gaver som vi kan bruke til å tjene andre, og han vil dele sitt hjerte for hele verden med oss. Når vi kommer sammen så kan vi regne med at han vil være der sammen med oss ved sin Hellige Ånd og tale til oss.

*"For hvor to eller tre er samlet i mitt navn, der er jeg midt iblant dem."*

Matt. 18:20

Et viktig fokus for et fellesskap som ønsker å vokse seg mer lik Jesus og bli bedre kjent med Hans hjerte er et "i-liv", ikke "om-liv": Snakk om å være i nåden, ikke om nåden, i Kristus, ikke om Kristus, i Guds rike, ikke om Guds rike. Når vårt fokus er på hva Gud gjør i våre liv i hverdagen og hvem Han er i oss, blir Han konkret og virkelig. Vi blir åndelig tørste og ønsker å se mer av Ham i våre liv. Slik kan vi gi Ham mer plass og erfare å modnes i troen.

## 2.3 -Verdier og mål

### • Livsnærhet

Vi ønsker å være ærlige med livet vårt ovenfor Gud, oss selv og andre mennesker. Jesus skal være sentrum for kvelden, ikke våre liv og problemer!

Vi tror på en fantastisk Gud som er større enn alle de omstendighetene vi er i.

Samtidig skal gruppa være et sted en kan komme slik en er og slik en har det i dag. Det innebærer at en skal kunne komme og være glad når en er det, at en skal kunne dele sinne, bekymringer og frustrasjon og at en skal kunne få lov til ikke å si så mye hvis en føler for det.

### • Ansvarlighet

I gruppa ønsker vi å hjelpe hverandre til å vokse slik at vi kan likne mer og mer på Jesus. Vi ser at vi alle gjør feil; gir etter for fristelser, har dårlige vaner og mangler gode vaner. Fellesskapet (evt. mindre grupper i gruppa) skal være sted en kan holde hverandre ansvarlige.

### • Frihet

Det skal være frihet til å uttrykke sin relasjon til Gud på ens egen måte, både ut fra personlighet og hvor en er i livet. Det skal også være frihet i forhold til hvor mye den enkelte vil dele.

### • Trofasthet

Fellesskapet i gruppene og muligheten for vekst er best hvis alle er tilstede.

Derfor ønsker vi at gruppemedlemmene prioriterer gruppa høyt!

### • Inkluderende

Fellesskapet skal være inkluderende i gruppa. Alle skal føle seg velkommen og ivaretatt sånn som de er. Vi skal også være inkluderende i forhold til nye.

Det skal være plass til nye i gruppa, til både kristne og ikke-kristne venner.

### • Multipliserende

Det er et prinsipp for alt liv at det vokser og deler seg. Livet vi har fått av Gud har kraft i seg til å forvandle flere mennesker. Derfor ønsker vi hele tiden å se at nye mennesker får del i troen på Jesus, og at det etableres nye grupper hvor disse kan vokse.

### 2.3.1 -Mål

- Det livsnære fellesskapet er et godt og nært felleskap med Gud og med de andre i gruppa.
- Det livsnære fellesskapet hjelper hver enkelt til å gi og motta omsorg der en er i livet.
- Det livsnære fellesskapet hjelper den enkelte til å leve slik at han/hun likner mer og mer på Jesus.
- Det livsnære fellesskapet hjelper den enkelte til å finne sin utrustning og tjeneste gjennom å prøve ut sine gaver.
- Det livsnære fellesskapet hjelper den enkelte til å bli involvert i bønn og tjeneste for å nå ut til ikke kristne.

### 2.4–Bønn i gruppene – hvorfor er det så viktig?

- Relasjonen med Jesus og hverandre vil bli dypere og dere vil oppleve åndelig vekst.
- Det er mindre sjanse for utbrenthet når man kan legge problemene i Guds hender.
- Gjennom bønn tillater man at Den Hellige Ånd kan jobbe i gruppa, så tiden man bruker sammen er åndelig vekst!
- Fordi Gud svarer våre bønner på underfulle og utrolige måter.

### 2.5 –Ledelse av gruppa

Erfaring viser at grupper som ikke har en tydelig leder lett mister fokus og begynner å gå i sirkel, i stedet for å bevege seg målrettet framover. Bibelen er full av eksempler på hvor viktig det er med godt lederskap. Jesus utpekte også ledere som han brukte god tid på å utruste.

### 2.6 –Nestleder

At en skal ha en nestleder bygger opp om verdiene med at vi skal være inkluderende og multipliserende. For å kunne utvide gruppene og starte nye trenger vi å ha flere ledere som er opplært til å være det. En nestleder skal vokse ved at han/hun blir tatt med i å lede gruppa og får mer og mer ansvar etter hvert.



### 3: De 4 elementene i gruppekvalden

---

Det er 4 elementer som skal være med i gruppekvalden. Det er ikke ment som en rekkefølge en slavisk må følge. Noen ganger vil det være naturlig å legge mer vekt på noen av elementene enn de andre. Men uten en fast struktur kan fort noe av det som er viktig i gruppekvalden forsvinne, og fokuset kan fort bli på bare en av delene. Når gruppa er klar over hvilke elementer som skal være med blir det en bedre flyt. 2,5 time kan være en passende varighet for samlingen. Vær nøye på når en starter og avslutter kvalden, slik at de i gruppa vet hva de forholder seg til.

#### 3.1 - Sosialt felleskap – Menneske til menneske

Vi begynner kvalden med å bruke ca. en halv time til spise og snakke sammen. (enkel bevertning) Målet med denne delen av kvalden er at gruppa skal oppleve en trygg, uformell atmosfære. I denne delen kan det være naturlig med litt informasjon og eventuelt stille noen spørsmål som gjør at en blir litt bedre kjent med hverandre. Videre er det bra hvis gruppelederen eller nestlederen deler en god ting som Gud har gjort for han/henne siden gruppa var sammen sist og etterpå oppmuntrer de andre i gruppa til å gjøre det samme. Ved å gjøre dette kan vi lære oss til å kjenne igjen Gud i hverdagen og fokuset flyttes fra oss til Gud.

#### 3.2 - Tilbedelse – Mennesket til Gud

I denne delen ønsker vi å vende fokuset bort fra oss selv og over på Gud. Vi vil takke og tilbe Ham for den han er, det han har gjort og gjør. Det kan gjøres på flere måter, ved lovsang, ved bønn, eller lytte til en CD. Her er det bare å være kreativ.

#### 3.3 - Undervisning og samtale – Gud til mennesket

Denne delen av kvalden kan starte med en innledning / kort undervisning om det som skal være tema for kvalden. Bibelen har en sentral plass i denne delen, men et livsnært felleskap er ikke først og fremst en bibelstudiegruppe. Det skal være et fokus på anvendelse; Hva betyr dette i mitt liv? Hvordan utfordrer det meg? Forrige gudstjenestes tale vil være utgangspunktet med tilhørende spørsmål som den enkelte forkynner har klart på forhånd. Her er det også en klar fordel om en følger dette opp ved neste samling. Det vil da gjøre det enklere for den enkelte å holde fokus på dette i hverdagen.

Vi tror at Gud taler til oss på forskjellige måter; gjennom Bibelen, direkte til oss og gjennom andre mennesker. Derfor ønsker vi å bruke tid til å være stille, lytte til Den Hellige Ånd og dele det vi opplever. Etter dette vil det være naturlig å gå over i forbønn for hverandre. Et godt råd er å skrive ned det en ber for og følge det opp.

#### 3.4 - Bønn og samtale om ikke-kristne – Oss til verden

Denne delen har fokus på å nå de som enda ikke har tatt i mot Jesus. Bønn for ikke-kristne er det viktigste. Lag gjerne ei liste over dem gruppa er med og ber for. Alle må få skrive noen navn på den. Be for disse ved navn hver gruppekvald, samtal om hvordan det går med relasjonene til disse, utfordre hverandre til å ta nye steg og oppmuntre hverandre. Hvis ikke-kristne blir med i gruppa, prøv å fortsette opplegget som vanlig. Ta hensyn og forklar hva som skjer å oppmuntre dem til å spørre hvis det er noe de synes er rart eller noe de lurer på.

