

Forpligtende relationer

Oplæg til debat i smågrupper eller til personlig refleksion.
Dette er en revideret 2014 udgave af et tilsvarende oplæg fra 2005.

Det er en kæmpe velsignelse, at være med i et fællesskab, hvor det er godt at være. En af Odder Frimenigheds formulerede værdier handler da også netop om, hvordan vi ønsker at vores indbyrdes relationer i kirken skal være. Vi vil gerne, at samværet bærer præg af at være:

❖ **Et vedkommende fællesskab (hentet fra OFM visionsdokument)**

Vores samlinger skal være rummelige, inkluderende og opleves vedkommende. Vi tror det er vigtigt at vandre sammen, og det gør vi ved, at mødes i smågrupper. Formålet med vores samvær er at styrke hinanden til vækst, åndeligt som menneskeligt.

Et af de steder, hvor vores relationer i menigheden udleveres mest intens, er når vi samles i mindre gruppe. Her mødes vi for at dele liv. Vi forsøger, så godt vi kan, at give plads for hinanden, være rummelige og inkluderende. Vi lytter til hinanden, give rum til forskellige holdninger og måder at omsætte vores kristne tro. Følgeskab kunne man kalde det.

Dette er den ene og meget vigtige side ved kristen fællesskab, men der er også en anden. Vi vil nemlig også gerne udfordre hinanden og hjælpe hinanden til vækst, både åndelig som menneskelig vækst. Godt fællesskabet handler ikke udelukkende om hygge, men også om at se det bedste vokse frem hos dem man er sammen med. Og det både når det gælder vækst i vores gudsrelation og spiritualitet, men også når det er vækst i vores menneskelighed og vores sjæleliv. Godt fællesskab fremmer vækst i det at være fuldt og sandt menneske. På den måde skulle alt i livet, både vores menneskelige velvære, vores sjælelighed og vores åndelig liv være i spil, når vi mødes som kristne.

Irenæus (kirkefader fra 130-200 e.kr) siger: Guds ære er det levende menneske! - eller det menneske, der lever fuldt ud.

Hvordan får vi et fællesskab, hvor vi kan styrke hinanden til vækst? I menighedens mål for fællesskab har vi ud over ordene: *åbent – relevant – favnende* – også ordet *forpligtende*. Måske er det netop i en forpligtelse overfor hinanden i fællesskabet, at muligheden for indbyrdes vækst ligger. Hvis jeg har nogen, der kan spørge til mig; mht. mit daglige liv, mine vaner, mine mål og mine drømme; og nogen som jeg jævnligt skal afrapportere til og som har lov til at spørge ind til min motivation for de ting jeg gør; ja, så gør det noget ved mine valg og mine vaner. Det er denne forpligtende side af fællesskabet, som dette cellegruppe oplæg handler om.

(fra OFMs mission – den vej vi vil gå!)

Fællesskab

– med Kristus i centrum

- Åbent
- Relevant
- Favnende
- Forpligtende

Inden vi går i gang, skal der lige siges lidt om udgangspunktet. Hvis vi ikke har det rigtige udgangspunkt, kan vi nemlig komme på vildspor. Vores forpligtelse overfor hinanden i det kristne fællesskab må aldrig have sin rod i tvang eller skyld eller en forestilling om, at Gud kræver dette eller hint af os. Vi skal gå efter forpligtende relationer ud fra den forudsætning, at vi alle som én står i Guds nåde og der står vi godt. At Guds nåde så kan fylde vores liv og give os frihed, lyst og kraft til at stræbe efter nye vaner, nye holdninger og nye mål det er en velsignelse. Den glæde det er at vokse som menneske og den fornyede energi nåede mål giver, skal gerne give os livsmod og glæde og ære til Gud. Gud ønsker ikke livet bare skal udholdes, men at det skal udfoldes - og udleveres.

Af Anne Mie Skak Johanson

Stå til ansvar - hele dit liv

Læs teksten fra Jakobsbrevet 5, 7-20

Langt de fleste af os har alle de bedste intentioner. Vi ønsker virkelig at gøre brug af de gudgivne talenter, vi har fået. Vi ønsker at leve et liv, hvor vi tjener Gud og hjælper andre mennesker. Vi vil gerne være en rigtig god mor eller far og en hengivende ægtefælle; eller en kærlig ven og dygtig medarbejder. Vi vil alle sammen gerne at vores liv lykkes og at vi lever så fejlfrit og optimalt som muligt. Men sådan er det jo ikke altid.

Det perfekte liv – det er kun en drøm! Netop som vi tror at "vi står oprejst", så falder vi. Der er selvfølgelig ting der lykkes og vi oplever sejre, men vi kommer aldrig uden om, at vi af og til handler forkert og egoistisk. Uanset, hvor gode vores intentioner er, så slår de ikke til.

Vi fristes måske til at prøve at være "superkristne". Vi vil fikse problemerne. Vi tager os sammen og handler efter "bogen", så tænker vi, at det nok skal gå. Men det varer kun kort. På et tidspunkt kan vi ikke mere, og så falder vi pladask lige så lange, som vi er. Vi kan også prøve at gå i den modsatte grøft, ved at sætte os ned og slet og ret vente på, at Gud gør noget magisk med os. Det er selvfølgelig "super kristen dovenskab". Der sker ingenting, for uden vores villighed kan Gud ikke komme til, og igen falder vi lige så lange, som vi er.

Vi bør i stedet leve i en balance mellem vores menneskelige ansvar for vores vækst til modenhed og erkendelsen af vores magtesløshed og behov for Guds hjælp. Vi har et ansvar for at stille os til rådighed for Guds Ånds virke i vore liv. Vi kan ikke selv skabe vækst og modenhed, det kan kun Gud, men vi kan stille os der, hvor Gud kan nå os, og der hvor hans Ånd kan komme til at gøre sit værk i os.

Falder vi så alligevel; og det gør vi, fordi vi er menneskelige, så bør vi følge apostlens Jakobs råd "*Bekend derfor jeres synder for hinanden*" (Jakob 5,16).

Når vi bekender vore fejl og i det hele taget står til regnskab overfor mennesker, så hjælper det os i vores kamp mod synden. Kampen består ikke så meget i, om vi falder eller ej, for det gør vi; men kampen står om vore hjerter. Lader vi Gud komme til med sin rensende kraft, når vi er faldet? Tillader vi, at Gud holder vore hjerter varme og brændende, når vi oplever kulde og håbløshed? Lader vi Gud skabe vækst i os, når vi mest af alt har lyst til at lade være? Det er i den kamp, at vi har brug for hinanden.

Det går ikke an kun at stole på sig selv. Den menneskelige trang til fornægtelse og fortrængning er stærk. Vi fornægter egen svaghed eller negligerer egne mål eller nye beslutninger. Negativ og opgivende enetale kan trække os tilbage til fortids nederlagsmønstre (det kan være nederlagshandlinger men lige så meget nederlagstanker, der kredser om selvførdømmelse og mindreværd).

Vi kan ikke stå i egen kraft. Vi har brug for Gud og vi har brug for kristne brødre og søstre, som kan hjælpe os.

Vi har brug for at stå til regnskab overfor et andet menneske!

Sørg for at udvikle et livsvarigt *vedligeholdelsesprogram*, som blandt andet indeholder, at du står til ansvar over for nogle omsorgsfulde og for dig betydningsfulde mennesker. De kan hjælpe dig med regelmæssigt at revurdere dit modenhedsniveau og den måde, hvorpå du vokser frem mod større og dybere modenhed.

I enhver menighed med respekt for sig selv står præsten til regnskab over for andre, det være sig menighedsråd eller menigheden eller en form for "tilsyn". For uanset hvor moden og begavet en præst eller leder end er, så kan vedkommende "falde". Vi anser det for et sundhedstegn, at ledere står til regnskab over for nogen – og det gør vi ret i. Vi skal ikke stole på nogen, som ikke står til ansvar over for en anden. (1. Kor 10,12).

Men hvad så med os? Hvordan er det med forpligtethed hos os selv? Hvem står vi til regnskab overfor? Hvad med vores "tilsyn"? Har vi mennesker omkring os, som kan hjælpe os med at "stå bedre fast"? Mennesker som vi kan dele vores mål og beslutninger med og som hjælper os, når vi får lyst til bare at give op?

Spørgsmål

1. På hvilke områder af livet tænker du, at forpligtende relationer kan hjælpe?
2. Kender du nogen, som har et vedligeholdelsesprogram – nogen de står til ansvar overfor?
3. Hvad med dig selv – har du en relation, som du ville kalde forpligtende?
4. Hvordan kan vi hjælpe hinanden ind i relationer, som hjælper os vokse til modenhed?

I dette afsnit er der hentet inspiration fra bogen: "Verden er fuld af idioter!" af Poul Meier

Autentiske relationer

Læs teksten fra Efeserbrevet 4,25-32 + Matthæusevangeliet 26, 36-46

Autentiske relationer skabes af autentiske mennesker. Når vi skjuler os bag ved masker, er vi ikke autentiske og vores fællesskab vil forblive overfladisk og ikke opfylde det mål vi har for det. For at opnå autensitet må vi prøve at gå dybere og blive mere sande overfor hinanden. Det latinske ord "intimus" betyder "inderst-inde" og fra dette ord får vi intim. Autentiske fællesskaber er intime fællesskaber, hvor vi lærer, at udtrykke det, der er inderst inde i os. Intim er et stort ord, som vi har brug for at bryde ned i mere overskuelige ord, som sårbar, medfølelse, accepterende, omsorgsfuld og forpligtende.

Hvis vi udvikler et fællesskab, hvor vi ikke tør eller ikke må dele vores smerte, vores frygt og vore kamp mod synden, så skaber vi et miljø af urealistisk åndelighed. Årsagen til vores tilbageholdenhed kan blandt andet være frygt, pænhed, selvtilstrækkelighed eller ligegyldighed. Og får vi først skabt sådan et miljø, begynder vi alle at tilpasse os. Vi kommer til at lade som om alting er fint og i orden. Måske kommer vi endda selv til at tro på det og myten om åndelig succes bliver gruppens og den enkeltes virkelighed.

Men holder vi op med at spille komedie overfor hinanden, og vover at sige sandheden, bliver vi et folk, der mødes ved korsets fod i erkendelsen af at vi alle har brug for Guds nåde.

Sandt fællesskab, som binder vore hjerter sammen i kærlighed, begynder, når vi møder hinanden i vores svaghed. Når jeg er villig til at være åben overfor dig med hensyn til mine personlige behov, tør risikere dine chokreaktioner og din forkastelse, og når jeg er villig til, at du er tilsvarende åben overfor mig, idet jeg møder dig med ikke fordømmende venskab, så finder vi os selv ved korsets fod, hvor vi er på fælles grund – nemlig der, hvor Guds helbredende nåde er.

David Watson i bogen Discipelship

Jesus udviste selv sårbarhed og autensitet. I Getsemane fortalte Jesus disciplene om sit eget behov for hjælp. Jesus indrømmede sin store smerte overfor dem. Han sagde: " *Min sjæl er bedrøvet til døden*" Jesus fortalte, at han følte sig døende, at hans smerte var så stor at den var svær at bære. Derfor bad han disciplene om at bede for og med ham. Hvor ofte er vi lige så ærlige som Jesus?

Paulus siger i Efe. 4,25 "Læg derfor løggen bort og tal sandhed med hinanden" Når vi begynder, at dele vores håb og vores frygt, vores smerte og vore glæder, vores fejl og vores sejre, så bryder vi med forestillingen om, at vi helst skal være åndelige supermænd og superkvinder. Vores selvtilstrækkelighed, uafhængighed og egenrådighed brydes. Når vi lærer at være sårbare, så giver det plads for, at medfølelse, accept, og omsorg kan praktiseres.

Vi lærer sjovt nok netop i vores sårbarhed, hvad det vil sige at være forpligtede overfor hinanden. Først når jeg åbner døren ind til mit liv, kan jeg begynde at give dig lov til at tale ærligt og frit ind i min situation og kalde mig til ansvarlighed – og modsat.

Vi er ikke i stand til et intimt fællesskab med mange – men det er sundt for os at finde relationer, hvor vi deler vores inderste. Det kan være med én enkelt person eller to, som vi har tillid til og som vi forpligter os overfor. Det kan være i vores smågrupper i kirken at vi arbejder hen mod åbenhed. I relationer, hvor vi lader maskerne falde, kan vi begynde at formidle og betjene hinanden med Guds ubetingede og helbredende kærlighed og nåde.

Sårbarhed og åbenhed kan selvfølgelig kun praktiseres i et miljø hvor der medfølelse og accept. Hvis der er kritik, fordømmelse og sammenligning, opnår vi aldrig autentiske fællesskaber. Paulus siger *"Tag derfor imod hinanden, ligesom Kristus har taget imod jer, til Guds ære"* Gud tager imod os med alt det vi er. Han kender vores styrker, svagheder, talenter og endda vores synd. Alligevel er hans favn åben for os. Når Gud altså tager imod mig som jeg er, så kan jeg tage imod mig selv og acceptere hvem jeg er – men jeg kan også tage imod dig, sådan som du er. Det giver Gud ære!!

Spørgsmål

1. Hvad tænker du, når du hører om autentiske fællesskaber?
2. Synes du det er let eller svært at være autentisk – eller åben?
3. Har du et sted, hvor du oplever et autentisk fællesskab?
4. Hvad er godt ved et autentisk fællesskab? Hvad er vanskeligt?

Til dette afsnit er der hentet inspiration fra bogen: "Transforming Life" af Stuart Lees

Læs teksten fra Efeserbrevet 3,17-18

Vær realistisk omkring relationer - også dem i kirken!

Aldrig så snart har vi startet en relation eller er kommet ind i et fællesskab, før vi oplever, at det ikke er helt perfekt. Vi sårer hinanden, simpelthen fordi vi mennesker er ufuldkomne og selvcentrede væsner. Sådan er det også i kirken. Som Guds børn er vi frelst, men endnu ikke fuldkomne. Vi lever stadig ud af en selv fokuserende og selvcentret holdning. Vi kan nemt blive skuffede over kirkens og det kristne fællesskabs mangel på godhed og kærlighed. Når vi får vores første oplevelse af skuffelse eller afvisning, så får vi lyst til aldrig igen at være åbne og sårbare. Men vi har brug for at forstå, at der ikke findes perfekte mennesker, ingen perfekte relationer og ingen perfekte kirker. Når vi først acceptere dette, kan vi begynde at elske og lade os blive elsket på det sted og i de relationer, hvor Gud har sat os. Vi er nødt til at acceptere vores egen brudthed (det at vi fejler og synder) og brudtheden i mennesker omkring os. Det betyder ikke, at vi ikke skal stræbe efter så godt et fællesskab som muligt – men vi skal bare være realistiske og ikke kræve fejlfrihed af hinanden. Den eneste der er fejlfri og fuldt ud kærlig, er Gud.

Lige så sikkert som Gud ønsker at lede os til et genuint kristent fællesskab, lige så sikkert er det, at vi der overvældes af en stor general desillusion over andre, over kristne og hvis vi er heldige, over os selv.

Jo før chokket og skuffelsen når den enkelte og fællesskabet des bedre for begge.

.... når morgenens disede drøm forsvinder, så bryder den klare dag af kristent fællesskab frem.

Dietrich Bonhoeffer

En anden ting som vi nemt kan skuffes over i kirken, er dens manglende evne til at give os, hvad vi har brug for og ønsker os. Vores samfund er dybt influeret af en forbrugermindethed og det smitter af på os. Vi forventer, at vi skal betjenes efter vore ønsker, og hvis vi ikke får det vi har brug for det ene sted, ja - så klager vi, eller opsøger en anden person eller et andet fællesskab, som kan dække vore behov. Forbrugermindethed handler om at forbruge, men det fællesskab, som Gud ønsker for os, handler ikke kun om at få men også om at give. Ligesom Jesus gav sig selv til os (helt til døden på korset), sådan ønsker Gud, at vi giver os til hinanden – på godt og ondt. Det er en del af det at være forpligtet.

Bibelen taler om, at vi både skal *"Bær hinandens byrder, således opfylder I Kristi lov"* (Gal 6,2) men også at *"enhver skal bære sin egen byrde"* (Gal 6,5). Vi skal hjælpe hinanden, men også selv tage ansvar. I enhver relation er der brug for at give og tage. Vi skal altid være parate til

at give - give opmærksomhed, give forbøn, give opmuntrende ord, give vejledning og ærlige svar men også til at modtage – hjælp, opmærksomhed, formaning og støttende ord.

Hvis vi vælger at arbejde på vores relationer og beslutter os både at give og tage så åbner vi døren til større fællesskab. Og hvis vi oven i det lægger villigheden til at leve i tilgivelse, tillid og ærlighed, selv når vi oplever svigt, så kan sand intimitet og sandt fællesskab være en virkelig mulighed. Der, hvor et sådan fællesskab blomstrer, der blomstrer livet!

Gud har givet os det kristne fællesskab – for at vi sammen skal lære Guds kærlighed at kende. Når vi begynder at drage omsorg for hinanden og søge dybere og mere intime relationer, vil vi opleve Guds kærlige nærvær i blandt os på en fantastisk måde. Gud ønsker at være nær med sin nåde i det fællesskab, som går efter at elske Ham og er overgivet til at elske hinanden.

Spørgsmål

1. Reflekter over episoder, hvor du har oplevet at det kristne fællesskab svigtede, eller på anden måde ikke levede op til forventningerne.

Del evt. dine erfaringer i gruppe!

2. Hvordan kan vores forventninger til et fællesskab være urealistiske – og hvorfor/hvorfra kommer disse urealistiske forventninger?
3. Hvor går grænsen mellem vision/drøm og virkelighed? Hvornår er det fællesskabet, som skal tage sig sammen og blive mere som Gud vil det, og hvornår er det mig, som skal afpasse mine forventninger?

Giv evt. konkrete eksempler!

4. Hvordan kan vi blive bedre til at være i balancen mellem vores forpligtelse overfor hinanden og vores egen ansvarlighed?

Læs teksten fra Salmernes Bog 133

Hjælp til vækst

Du deltager allerede nu i et gudstjenestefællesskab og er sikkert med i en lille gruppe, hvor I opbygger hinanden i troen. Det fællesskab, som dette sidste oplæg omhandler, er et endnu mere tæt, intimt og styrkende fællesskab, nemlig det der kaldes mikrocelle. Det er en lille gruppe på to eller tre personer.

Det er ikke et one-man-show at være en Kristi efterfølger. Det er helt nødvendigt at følges med andre kristne, hvis efterfølgelsen skal være stabil og fortløbende. Vi har som kristne brug for hinanden. Så find min. én eller flere, der ligesom dig, ønsker at vokse og udvikle sig. Hold hinanden ansvarlige og del jeres liv med hinanden. Det er velsignet - og hårdt til tider...!

Din personlige udvikling og din udvikling på arbejde, i familien og i tjenesten i kirken hænger nøje sammen. Når du taler med en anden om, hvad du oplever, så bliver du også mere opmærksom på, hvad der sker, og du kan få hjælp til at genkende Guds finger i dit liv. Du har en historie med Gud, og den er spændende, og når den deles med andre, så kan det være med til at du får øjnene op for, hvad Gud vil med dit liv fremover.

Mikro-cellen - hvordan fungerer en mikro-celle?

En mikro-celle består af 2-3 personer. Når en 4. kommer til deles cellen. Man mødes hver uge eller hver anden uge i ca. én time. Det kan foregå hjemme privat, ude i en skov, på en café eller hvor som helst. Mænd mødes med mænd, og kvinder med kvinder. Der er ingen undervisning – kun samtale. Der er ingen leder, men én der tager initiativet. Begynd med at fortælle jeres livshistorie for hinanden, så får I et indblik i hinandens glæder, sorger, sejre og fald. Det tilrådes i begyndelsen og i etableringen af jeres relation, at I holder jer til de spørgsmål som listes her på siden. Senere kan I tage fat om de ting, der er brug for at snakke ekstra om og lade det andet ligge for en tid.

Evaluering

Hvert halve år er det godt at evaluere på jeres forløb som mikro-celle. Oplever I, at der er tilstrækkelig åbenhed og ærlighed? Er I til opbygning og opmuntring for hinanden? Må din(e) kompagnon(er) i mikro-relationen gerne tale ind i dit liv, i rettesætte dig og holde dig ansvarlig på de udviklingsområder, du sætter dig for at arbejde med?

Tag også dit personlige liv og din tjeneste op til refleksion. Er du vokset i dit liv med Gud? Hvordan har dit personlige liv udviklet sig? Er du kommet længere i din tjeneste og din kaldelse? Tag i denne forbindelse også op til overvejelse, hvad der hindrer dig i videre udvikling og hvad har du brug for af menneskelige og åndelige ressourcer for at komme videre.

Hvad siger bibelen?

"Hvor er det godt, og herligt, når brødre/søstre sidder sammen! (...) For dér giver Herren velsignelsen, livet i al evighed."
Salmernes Bog 133

"Bekend jeres synder for hinanden og bed for hinanden..." Jakobsbrev 5 v. 16

"Som jern hvæsser jern, sådan afsliber og skærper mennesker hinanden."
Ordsp. 27 v. 17

"To er bedre faren end én, for de får god løn for deres flid." Prædikerens bog 4 v. 9

I dette afsnit er der hentet inspiration fra et hæfte om mikroceller udarbejdet af Bob Logan, USA og samlet af DAWN Danmark

Spørgsmål til Mikrocellen

1. *Hvordan går det med dit åndelige liv? (bibellæsning, bøn, studie af relaterende emner...) hvis I har aftalt et fast antal kapitler i biblen, så hold hinanden fast på rytmen, samt snak kort om indholdet i kapitlerne.*
2. *Har du med ord og handling været et vidne Jesus Kristus i den forløbne uge.*
3. *Har du prioriteret din familie?*
4. *Har du styr på din økonomi og har du været tro mod Gud og ærlig overfor mennesker i økonomisk henseende?*
5. *Har du skadet en anden person ved bagtalelse eller dårlig behandling?*
6. *Har du uafklarede forhold i dine relationer?*
7. *Har du givet efter for fristelse på det seksuelle område? Ærer du din ægtefælle med din seksualitet?*
8. *Har du opbygget venskaber/været sammen med andre fra menigheden i løbet af ugen? Hvordan går det med dine relationer til ikke-kristne?*
9. *Andet _____*
10. *Har du svaret ærligt på de foregående spørgsmål?*

Spørgsmål

1. Hvad tænker du om mikrocelle-ideen?
2. Hvad tænker du om de foreslåede spørgsmål til mikrocellen?
3. Hvordan skulle det se ud – for at du ville være med i en mikrocelle?
4. Hvordan kunne det blive virkeligt?