

Faste : Fokus

Vi markerer fastetiden i Grønland kirke med en *ørkenvandring* hvor vi stopper opp ved ulike oaser.



fastelavn 23.02 - 02.04

Program fastetid

Uke 1 : Jeg-du-relasjonen s 5

Uke 2 : Gudsbilde og selvilde s 11

Uke 3 : Makt og avmakt s 13

Uke 4 : Oase s 15

Uke 5 : Håp og handling s 17

Uke 6 : Liv og lyst s 19

Ørkenvandring

Naturen er en kilde til både skjønnhet og innsikt. Her til lands er vi vant til naturskildringer. Naturen og årstidene våre utgjør en viktig ramme for å forstå og tolke livet. Derfor finnes det knapt salmer eller litteratur som ikke viser til naturen på en eller annen måte. - Blomsterenger, isbreer, sjø og fjord, tinder og fjell, grønne skoger, vinter og vår, himmel og mektig hav - alt vekker et mangfold av assosiasjoner.

I andre land, hvor det ikke er like frodig som i Norge, er det gjerne ørkenen som vekker undring og ettertenksomhet med alt den inneholder av oaser, mirager, tomhet, brennhete dager og kalde netter. Ørkenen står for stillhet, tørste og lengsel.

Kirkefedrene kalles de første kristne tenkerne. De måtte fortolke budskapet om Jesus inn i en verden preget av uro, mangfold og strev. I en verden med så mange ulike fasetter - hva vil det si å være menneske? Hvordan skal vi finne fokus i alt det daglige? Det er påfallende hvor hverdagslige disse «hellig» menneskene kunne bli av å være alene i ørkenen. Fordypning, stillhet, isolasjon og bønn kunne ende opp i så trivielle og hverdagslige råd som for eksempel å ikke vekke den som sovnet på forelesning, med la vedkommende få hvile hode på ens fang.

«The Fathers of the Church were not afraid to go out into the desert because they had a richness in their hearts. But we, with richness all around us, are afraid, because the desert is in our hearts.»

- Franz Kafka om kirkefedrene

Vi skal ikke forherlige kirkefedrene og særlig ikke på bekostning av oss selv eller vår egen tid. Men i en verden som vår, med alt den inneholder av personlige og globale problemer, kan det være vanskelig å vite hvor vi kan gjenvinne *richness in our hearts*. Og hvordan kan denne rikdommen føre til en livspraksis? Gamlebyen og Grønland menighet ønsker derfor å invitere til en ørkenvandring i fastetiden. En periode hvor vi bruker tid på å konsentrere oss om noen helt vesentlige perspektiver i kristen tro.

Gjennom hele fastetiden i Grønland skal vi ha fokus på to bibeltekster: *Jesu fristelse i ørkenen (Matteus 4, 1-11)* og *Herrens bønn (Matt 6,9-13)*. Begge finner du gjengitt i heftet du nå holder i hånden.

Uka i kirken begynner på en søndag og skal ha arrangement preget av søndagens temaer: Jeg – Du, Selvbilder – Gudsbilder, Makt – Avmakt, Oase, Håp – Handling, og til sist sier vi «Amen» og kanskje går også du med bøsse på fasteaksjonsdagen?

Ukene vil være preget av temakvelder, meditasjoner, konserter, gudstjenester, middager og mulighet til fordypning. Programmet for fasten vil også være spekket av inviterte gjester som vil berike arrangementene og komme med andre perspektiver enn de som faller naturlig for kirkens ansatte.

Vi vil også i år ha fokus på «førfasten» med dagene Fastlavn, Blåmandag og Feitetirsdag før fasten begynner med en kveldsgudstjeneste på Askeonsdag.

Velkommen med på ørkenvandring!

«Vår Far i himmelen»

Tema : Jeg-du-relasjonen

Ordet «fastelavn» kommer fra tysk «Fasten-abend», og betyr kvelden før faste. Men fastelavn er ikke bare en kveld, det er *tre dager*: fastelavnssøndag, blåmandag og feitetirsdag. Den er avslutningen på karnevalstiden.

Mer forklart:

Fastelavnssøndag 23. februar kl. 11.00 GUDSTJENESTE FOR SMÅ OG STORE M/KIRKEKLUBBEN. Også kalt fleskesøndag. Folks spiste flek og fet suppe med melboller. Melbollene er trolig opphavet til våre fastelavnsboller, som vi skal få spise etter gudstjenesten.

Blåmandag 24. februar kl. 18.00-19.00 DJ OG JAZZ

En dag med mager kost for at sulten skulle være ekstra sterk feitetirsdag, men også kalt flekemandag og spiste deretter. Den har fått sitt navn ettersom prestene startet sin faste tidligere enn folk flest, og det ble lagt blå duk på alteret. Blåmandagen i Grønland kirke vil bli markert med musikk over lydanlegget. Blåfargen knyttes ofte til jazz og i år skal det derfor spilles musikk fra en bevegelse innen jazzen som ofte omtales som

"spirituell jazz" hvor musikere som John Coltrane, Alice Coltrane, Pharoah Sanders bedrev en utstrakt søken tilbake i historien, religionen og frigjøringsbevegelser for å utforske musikkens potensiale for åndelig og politisk søken.

Feitetirsdag 25. februar kl. 16.00-18.00 MIDDAG FOR ALLE M/PANNEKAKER
Også kalt sjumålsdagen eller kvitetirsdag. Den dagen skulle man spise sju ganger, og bare den beste maten: grøt av hvitt mel, kjøtt og flesk. Dette var en skikkelig festdag for folk som vanligvis hadde en enkel og nøktern kost. Nå gjaldt det å "feite seg opp" før den lange fastetida med lite og mager kost.

Askeonsdag 26. februar kl. 18.00 GUDSTJENESTE MED ASKEMERKING og nattverd . Nå starter den 40 dager lange fasteperioden før påske. I Det gamle testamentet leser vi at de som fastet kledde seg i bordsdrakt (sekk) og strødde aske i håret. Vi forbinder kanskje askeonsdag med å få tegnet askekorset i pannen med tilsagnet; "Husk, menneske, at du er støv og skal vende tilbake til støv." Jesus fastet 40 dager i ørkenen. Det er over 40 dager fra askeonsdag til påskedag, men søndagene regnes ikke med i fastetiden. Søndag er aldri fastedag fordi søndag er Jesu oppstandelsesdag og derfor en festdag. Askeonsdag innleder fasten i Grønland kirke.

Vår Far i himmelen! La navnet ditt helliges.

La riket ditt komme.



La viljen din skje på jorden slik som i himmelen.

*Gi oss i dag vårt daglige brød,
og tilgi oss vår skyld, slik også vi tilgir våre
skyldnere.*



Og la oss ikke komme i fristelse,

men frels oss fra det onde.

For riket er ditt og makten og æren i evighet.

Amen.

•

- Vi sier «Far» for han er uendelig mye større og bedre enn noen jordisk far.
- Vi sier «vår» for vi er søsken, og Gud er alles Far.
- Vi sier ikke «i himmelen», hvis vi bare tror på materielle og jordiske ting.
- Vi jukser om vi sier «la navnet ditt helliges» og mener vår egen ære er det viktigste.
- Vi ber «la rike ditt komme» og stiller oss til tjeneste for Guds godhet mot alle mennesker.
- Vi bør ikke si «la viljen din skje», om vi bare vil at våre egne planer skal lykkes.
- Kan vi be om «vårt daglige brød» om vi ikke vil dele med de fattige?
- Gud tilgir meg når jeg aksepterer en unnskyldning fra den som gjorde meg vondt.
- Må Gud hjelpe oss til å overkomme fristelser på en annen måte enn ved å gi etter for dem.
- Bare den kan be om frelse fra det onde, som vil det gode.
- Makten og æren tilhører Gud, «for fra ham og ved ham og til ham er alle ting»



(Rom 11,36)



Kristen meditasjon

Hver onsdag i Grønland kirke kan man i fastetiden fordype seg i kristen meditasjon. Den har rot i tidlig kristenhet, hos ørkenfedrene og Johannes Kassian (ca. 360-435). Tradisjonen ble «gjenoppdaget» av John Main OSB (1926-82), stifteren av det verdensomspennende og økumeniske WCCM. Han kalte formen et «kloster uten muren», der vi gjennom daglig meditasjon kan bringe sinnet til stillhet og åpne for et dypere fellesskap med Gud. Som med alt annet vi vil «få til», krever også meditasjon trening og tålmodighet. Kanskje vil du bli overrasket over å erfare at meditasjonen kan bli en uunnværlig kilde i livet?

I WCCMs kristne tradisjon er meditasjon en form for kontemplativ bønn, en «hjertets bønn». John Main sier det slik: «Vi forsøker ikke å tenke på Gud, å snakke til Gud eller å forestille oss Gud. Vi forblir i en stillhet som åpner seg mot Gud.» Hvordan? - Formen er at du sitter stille og oppmerksom, med rett rygg, 20 til 30 minutter morgen og aften, mens du gjentar et bønneord, et mantra, inni deg. Gjentakelsene bidrar til at kropp og sinn faller til ro. Den daglige meditasjonsdisiplinen styrkes av å gjør det ukentlig sammen med andre. Dette legger vi opp til i Grønland kirke denne fasten.

Se wccm.org og wccm.no for ressurser og informasjon.

Onsdag 4. mars kl. 18.00 – 19.00 1. SAMLING MED INNLEDNING AV ÅSE MARKUSSEN fra World Community for Christian Meditation (WCCM). Så følger en ca. halvtimes meditasjon hver onsdag gjennom hele fasten. Vi stenger alltid dørene kl. 18.00!

Velkommen!

Teatergruppe

Tirsdagsmiddager 3.mars, 10.mars, 17.mars, 24.mars kl 16.00-18.00

MED TEATERGRUPPE for barn (og voksne) Gratis øvelser. PRIS MAT : 30,- per pers eller 60,- for en familie. **Ønsker du å være med og/eller bidra som frivillig? Påmelding** sms til 95558708 eller Facebook.

Søndag 29.mars TEATERFREMVISNING i gudstjenesten kl.11.00. Det er ingen krav til prestasjon eller talent, målet er at vi skal gjøre dette sammen.

Vi har et enkelt og fleksibelt manus, som handler om å dele på goder. Gjennom hele fasten fordyper vi oss i bønner *Fader vår* eller *Herrens bønn*. En sentral bønnesetning her er: «Gi oss i dag vårt daglige brød». Men kan vi be om brød om vi ikke også vil dele brødet med andre som trenger det? Brødet som deles blir et stikkord i teatergruppa denne fasten.



Send SMS til trosopplærer Ingvil 98 03 72 75 hvis dere vil bli med! Resultatet blir best dersom alle som vil være med binder seg til alle de 4 øvingene disse tirsdagene, og dessuten også til selve fremvisningen.

«Gi oss i dag vårt daglige brød»

Tema uke 1 : Gudsbilde og selvbilde

Søndag 1. mars kl. 11.00 GUDSTJENESTE med fokus på våre to faste tekster: Herrens bønn og Jesu fristelse i ørkenen knyttet til ukas tema «Gudsbilde og selvbilde».

Søndag 1. mars kl. 18.00 TEMAKVELD MED ELSE KOSS FURUETH

«GUDSBILDE OG SELVBILDE»

For over hundre år siden snudde Freud skapelsesberetningen på hodet: Gud er skapt i menneskenes bilde, hevdet han, ikke omvendt. I dag gir også kirken ham rett– i noe: Vi danner oss forestillinger om Gud basert på våre erfaringer. Både troende og ikke-troende. Hvordan henger gudsbildene våre sammen

Tirsdag 3. mars kl. 16.00-18.00 MIDDAG FOR ALLE TEATERGRUPPE FOR BARN

Onsdag 4. mars kl. 18.00 FASTEMEDITASJON

Torsdag 5. mars kl. 19.00 TEMAKVELD «NATTVERD : SELVBILDER OG GUDSBILDER»



- Sogneprest Lars Martin Dahl vil gå gjennom nattverdens teologi og sette den inn i rammen av gudstjenesten forstått som «sendelse». Tema for kvelden vil være å avdekke hva slags selv- og gudsbilder nattverden rommer og hva det har å si for vår hverdag.

Salme 460 Bortom tid og rom og tanke

Bortom tid og rom og tanke
Finst ein stad der alt er annleis,
finst ein stad der alt er heilag
finst ein stad der Kristus er.
Nær mi tøyte, redde tanke.
Nær min draum, min lengt,
min styrke.
Nær mitt liv og alt eg lever.
Det er godt å vera der.

Gjennom ørsmå hol i dagen,
får eg venda mine tankar,
ta eit lite steg til sides, søkja
Herren, han som er, gjennom
tause, mørke bønner, gjennom lått
og gjennom jubel,
leggja fram for Herren Kristus
alt det livet som eg ber.

Når eg pustar, når eg tenkjer,
når eg ler, og når eg sørgjer,
finna ørsmå hold i dagen,
som gjer Kristus sterk og nær,
der eg lever midt i livet,
midt i verda, midt i dagen,
ber eg med meg Kristi kjærleik,
det er lys og salt eg er.

Jesus, ver i mine dagar, i alt liv,
som kjem imot meg,
ver i mine glade timar,
mine skjelvande sekund.
La meg leva sterkt og nakent,
våga sjå og våga høyra,
våga leva midt i livet,
våga trå på heilag grunn.

T Heidi Strand Harboe
M Carl Petter Opsahl

«Herren din Gud skal du tilbe/ Frels oss fra det onde»

Tema uke 2 : Makt og avmakt

Søndag 8. mars kl. 11.00 GUDSTJENESTE med fokus på våre to faste tekster:

Herrens bønn og Jesu fristelse i ørkenen knyttet til ukas tema: «Mak og avmakt».

Tirsdag 10. mars kl. 16.00-18.00 MIDDAG FOR ALLE, TEATERGRUPPE FOR BARN

Onsdag 11. mars kl. 18.00 FASTEMEDITASJON

Torsdag 12. mars kl.19.00 TEMAKVELD

Denne kvelden skal det handle om makt og avmakt. Forfatter Linn Stalsberg som er aktuell med boka: «Det er nok nå!» samtaler med antropolog og førsteamanuensis Thorgeir Kolshus. Hva gjør nyliberalismen med vårt menneskesyn? Er hjertene våre blitt forandret? Dette og mye mer vil samtaleleder og prest Ingrid Nyhus spørre om i kveldens samtale. Publikum får anledning til å stille spørsmål til slutt.



Vel møtt!

Tekstmeditasjon

«Jesus ble så av Ånden ført ut i ødemarken for å bli fristet av djevelen. Han fastet i førti dager og førti netter og ble til sist sulten. Da kom fristeren til ham og sa: «Er du Guds Sønn, så si at disse steinene skal bli til brød!» Jesus svarte: «Det står skrevet: *Mennesket lever ikke av brød alene, men av hvert ord som kommer fra Guds munn.*»

Da tok djevelen ham med til den hellige byen, stilte ham ytterst på tempelmuren og sa: «Er du Guds Sønn, så kast deg ned herfra! For det står skrevet: *Han skal gi englene sine befaling om deg. Og: «De skal bære deg på hendene så du ikke støter foten mot noen stein.*»

Men Jesus sa til ham: «Det står også skrevet: *Du skal ikke sette Herren din Gud på prøve.*»

Så tok djevelen ham med seg opp på et meget høyt fjell og viste ham alle verdens riker og deres herlighet og sa: «Alt dette vil jeg gi deg dersom du faller ned og tilber meg.» Da sa Jesus til ham: «Bort fra meg, Satan! For det står skrevet: *Herren din Gud skal du tilbe, og ham alene skal du tjene.*» Da forlot djevelen ham, og se, engler kom og tjente ham.»

Matt 4,1-11

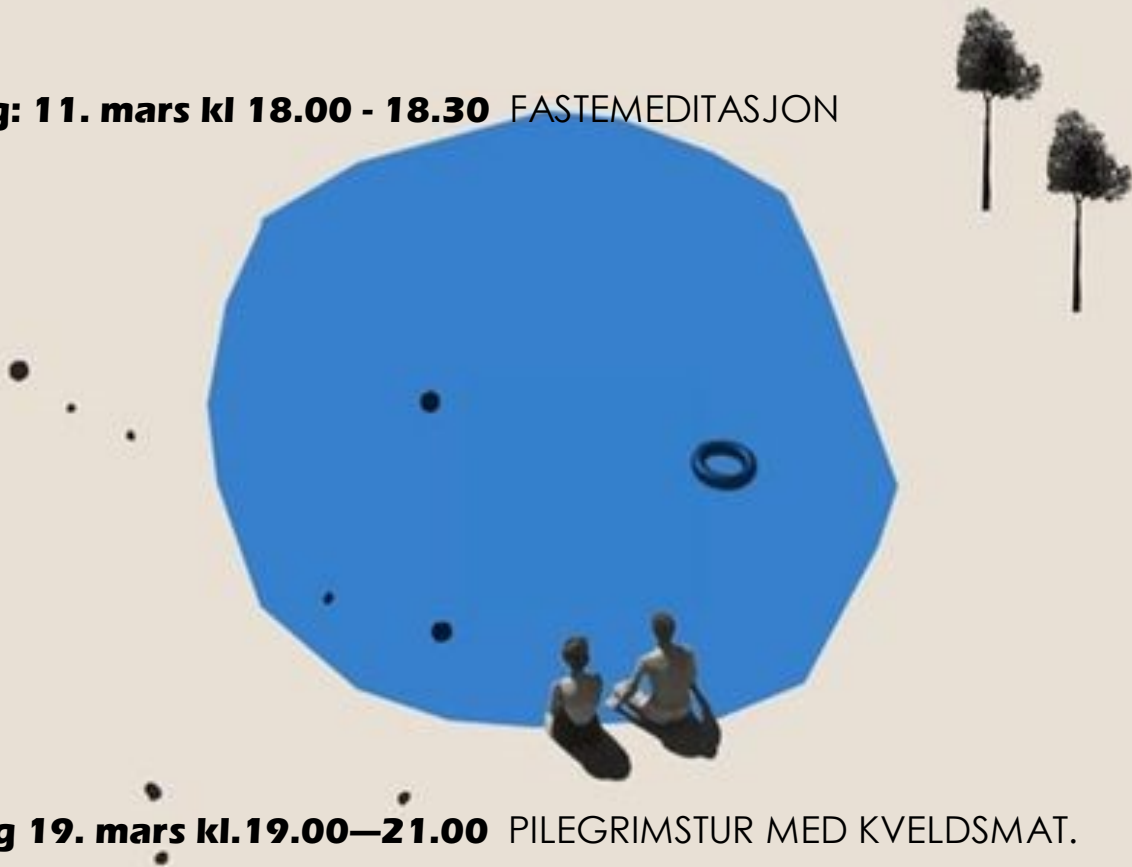
«Du skal ikke sette Herren din Gud på prøve»

Tema uke 3 : Oase

Søndag 15. mars kl. 11.00 GOSPELGUDSTJENESTE M/NEW VOICES og fokus på våre to faste tekster: Herrens bønn og Jesu fristelse i ørkenen knyttet til ukas tema: «Oase».

Tirsdag 10. mars kl 16.00-18.00 MIDDAG OG TEATERGRUPPE FOR BARN

Onsdag: 11. mars kl 18.00 - 18.30 FASTEMEDITASJON



Torsdag 19. mars kl.19.00—21.00 PILEGRIMSTUR MED KVELDSMAT.

Oppmøte: **Gamlebyen kirke kl. 19.00** Vi er pilegrimer på ørkenvandring og Pilegrimsprest Roger Jensen tar oss med på en historisk reise i området. Fokus: Den historiske pilgrim.

Vi avslutter med liturgisk samling i Grønland kirke, og diakoniutvalget serverer deilig kveldsmat.

Maria budskapsdag

«For ingen ting er umulig for Gud.»

Da sa Maria: «Se, jeg er Herrens
tjenestekvinne. La det skje med meg som du
har sagt.» Så forlot engelen henne.

- Luk 1,26-38

«For ingenting er umulig for Gud»

Tema uke 4 : Håp & handling

Søndag 22. mars MARIA BUDSKAPSDAG OG GUDSTJENESTE KL.11.00

Den lilla fastefargen byttes nå ut med den hvite festfargen. Nå skal det handle om fremtid og håp.

Tirsdag 24. mars MIDDAG OG TEATERGRUPPE FOR BARN FRA KL.16.00—18.00

Onsdag 25. mars

kl.18.00—18.30 FASTEMEDITASJON

kl. 19.00 KONSERT

Denne kvelden gir kantor Olav Rune Bastrup og fløytisten Helen Benson fra Oslofilharmonien en konsert, der både det dramatiske og det meditative kommer til uttrykk, som i Bachs store Passacaglia i c-moll og Egil Hovlands uendelig vakre "Lux etærna" (Det evige lys).

Torsdag 26. mars kl. 19.00 TEMAKVELD FORFATTER STIAN KILDE AAREBROT

som er aktuell med boka «Kunsten å forme livet– plastisk teologi». Her blander han gamle kirkehistoriske innsikter med moderne hjerneforskning og psykologi. Troen blir til mens vi gjør, sier han. Så hva betyr våre praksiser for vår tro? Har kirka blitt for hodefokusert på bekostning av kristen praksis? Og hva er en «Dojo»? Dette og mye mer vil samtaleleder Ingrid Nyhus spørre om denne kvelden.



Vel møtt!

Salme 738 *Noen må våke*

Noen må våke i verdens natt,
Noen må tro i mørket,
Noen må være de svakes bror,
Gud, la din vilje skje på jord!
Hjelp oss å følge ditt bud!

Noen må bære en annens nød,
Noen må vise mildhet,
Noen må kjempe for andres rett,
Gud, la ditt rikes tegn bli sett!
Hjelp oss å følge ditt bud!

Herre, du våker i verdens natt,
Herre, du bor i mørket,
Herre, du viser oss Kristi dag!
Selv under livets tyngste slag
Er vi hos deg, du vår Gud!

T Svein Ellingsen

M Trond H. F. Kverno

«Amen»

Tema uke 5 : Liv og lyst

Søndag 29. mars kl. 11.00 GUDSTJENESTE M/TEATERFORESTILLING OG KIRKENS NØDHJELPS FASTEAKSJON. Fokus på våre to faste tekster: Herrens bønn og Jesu fristelse i ørkenen knyttet til ukas tema; Liv og lyst.


Vel møtt til årets vakreste dugnad! Også i år går pengene til rent vann, fordi urent vant dreper flere enn kriger og konflikter. Det blir utsending og utdeling av bøsser mellom 12.00 og 13.00 fra Grønland kirke og fellessamling, mat og innlevering av bøsser i Vålerenga kirke mellom 14.00 og 15.00. Vil du også bidra? Huk tak i en fra staben eller send mail! Les mer om årets fasteaksjon på Kirkens Nødhjelp sine nettsider.

Tirsdag 31. mars kl. 16.00-18.00 MIDDAG FOR ALLE

Onsdag 1. april kl. 18.00 FASTEMEDITASJON

Torsdag 2. april kl. 19.00 TEMAKVELD MED PODCASTEN KULTURMISJONEN.

I kveldens episode spør vi som Augustin i hans verdensberømte bok *Bekjennelser*: «Hvor skal jeg søke min menliknes med vår tid; Det Augustin kan kanskje på det religiøse markedet, det meste før han til sist faller til ro. om vår tids søken etter sannhet og Gud? som vanlig prest Ingrid Nyhus, Maria Bjørdal Arne Christian Konradsen som jobber i Areopagos.



Gud?". Oldkirkens Romerriket kan samvar stort religiøst og filosofisk mangfold og sammenliknes med dagens «shoppere» - han er en ivrig søkende som er innom Kan hans «bekjennelsen» si oss noe I «studio» Grønland kirke sitter som er prest i Kraftverket og



Herren velsigne deg og bevare deg

Herren la sitt ansikt

lyse over deg

og være deg nådig

Herren løfte sitt åsyn på deg

og gi deg fred.

Amen