

# Januar



Foto: Øystein Fidjeland

## Advent

Jul i oktober? Eller kanskje fra etter Halloween? Hektisk hverdag og bittelitt panisk for julehandelen? Førjulstiden kan bety glede, lys, god mat og mye mer, men også ensomhet, tristhet, fortvilelse. Det kan være krevende å komme seg gjennom en tid som er dominert av skikk og bruk og «må ha» og «må gjøre».

Advent - så blir vi i kirken ikke trøtte til å si - betyr ankomst. Vi venter på det som skjer i jula, og på Han som kommer. Men advent har også (når vi tenker norsk språk) ordet å vente i seg. Er det en for revolusjonerende tanke til å bruke denne tiden for å bevisst vente på jul?

Advent starter på 1. desember, kanskje et par dager før.

Er det en idé å ta et skritt tilbake? Begynne rolig, et lys om gangen, ikke juleradio eller julestreaming hele dagen, eller julebord, julelunsj, «juleavslutning» hver andre dag. En naiv tanke? Vi kan vel ikke unngå helt å bli revet med i livet som skjer rundt oss, men det er verdt et forsøk. Av og til hvert fall. Mellom juleradio, julekonsert, julekos og juleshoppingen, ta et skritt tilbake og les en bok, hør på musikk som er laget til adventstiden.

Kan man lage gavekort til jul og heller benytte gavekortet senere i januarsalget? Julen starter med julaften og varer et par uker, minst. Ta gleden videre inn i januar, ta adventens og julens lys inn til det nye året. Mørketiden varer lenge, da er det godt med ekstra lys og juleglede.

God advent, og god jul!

# Hva skjer i januar

- 01.01 18:00 Nyttårsmesse i Lommedalen kirke
- 05.01 11:00 Gudstjeneste for små og store  
+ juletefest
- 07.01 11:00 Oppstart Babysang
- 08.01 18:00 Oppstart DIY – kreativkveld for ungdommer
- 09.01 17:30 Oppstart Speiderne
- 14.01 16:30 Oppstart Tirsdagsmiddag
- 14.01 17:15 Oppstart Hoppetitten barnekor
- 15.01 11:00 Oppstart Åpent Hus
- 15.01 16:30 Lederkurs for ungdom
- 18.01 11:00 Konfirmantoppstart
- 19.01 11:00 Presentasjonsgudstjeneste av konfirmanter
- 20.01 19:00 MENN – MAT – PRAT



Foto: Martine Semb

## Faste aktiviteter

- Mandag  
11:00 Babysang med lunsj
- Tirsdag  
16:30 Middag for alle
- Onsdag  
11:00 Åpent hus  
18:00 DIY (ungdomssalen)
- Torsdag  
17:30 Speideren
- Søndag  
11:00 Gudstjeneste



## Takk!

En stor takk til alle som har bidratt med å bære ut julekort til husstandene, reparert juletefoten og til slutt fått juleteet pyntet og klart, pusset sølv og rensset lysgloben, vært kirkevert eller tekstleser på gudstjenester i julen - og andre små og store oppgaver! Det er godt og viktig å kunne invitere alle som bor i Helgerud menighet til julefeiring, og takk til alle som har bidratt til at det er mulig.

## Juletefest

**og gudstjeneste for små og store 5. januar klokka 11:00.**

Rett etter gudstjenesten starter juletefesten. Det blir gang rundt juleteet med de kjente og kjære julesangene. Og kanskje komme de tre vise menn med noen overraskelser? Ta med en venn, venninne, eller nabo og kom!



## Konfirmantene kommer!

18. – 19. januar er det oppstarthelg for årets konfirmanter. Vi bruker første del av helgen på å bli kjent med hverandre og finne ut hva det betyr å være konfirmant, og på søndag presenteres konfirmantene for menigheten i gudstjenesten.

49 konfirmanter skal møtes jevnlig utover våren, og i september er den store dagen. Mange skal på leir, mens andre følger en gruppe sammen med konfirmanter fra andre menigheter i tillegg til samlingene her i Helgerud.

Konfirmantåret er en mulighet til å gruble over og samtale om de store spørsmålene, samtidig som det er mye lek og moro. Hvert år gleder vi oss over å ta imot nye konfirmanter og deres familie, og vi er spent på hvem vi skal bli kjent med i år.

Kjære konfirmanter, hjertelig velkommen!



## Har du lyst på tjeneste?

Menighetsarbeid er noe vi gjør sammen. Vi bidrar på ulike måter for at kirken skal være et godt sted å være og for at Guds ord kan nå ut til flere.

Har du lyst til å bidra?

To tilbud vi trenger flere hender inn i er

Tirsdagsmiddag og Tweensklubb.

På **Tirsdagsmiddag** er det allerede opprettet tre middagsteam som lager og serverer maten.

Staben har ansvar for innkjøp. Vi mangler et siste team. Er dette noe for deg og noen du kjenner?

Teamet bidrar med middag ca. én gang i måneden.

På **Tweens** trenger vi voksne som kan skape en trygg arena for ungdommene en fredagskveld i måneden. Det er kapellan Øystein som har hovedansvaret. Vi har noen voksne og ansatte som er med, men trenger flere. Vil du? Ta kontakt med staben.

## Menn-mat-prat

Tilbudet starter opp igjen denne høsten.

Samlingen starter kl. 19.00, og består av litt mat, løs sosial prat, og en avsluttende liturgisk samling i kirkerommet. En gruppe på 4-5 menn møtes en time i forkant og lager mat.

For å planlegge mengden mat, ønsker vi at du gir beskjed om du kommer.

Påmelding til Hans Morten Bruun;

[hans.morten.bruun@gmail.com](mailto:hans.morten.bruun@gmail.com).

Hjertelig velkommen skal du være!

Første samling er 20. januar.



## Nytt misjonsprosjekt

Helgerud menighet har i flere år hatt MAF som sitt misjonsprosjekt. Dette har vært et spennende og givende arbeid å få bidra inn i.

Misjons- og diakoniutvalget har, med godkjenning fra MR, avgjort at det er dags for et bytte.

Det er med stor glede vi nå kan presentere NMS som vårt nye misjonsprosjekt. Menigheten vil støtte NMS sitt arbeid i Thailand, og da spesielt prosjektene innen «Forebygging av menneskehandel», «Støtte til fattige barn og unge» og «Regenerert jordbruk».

MR har signert en 4-års misjonsavtale. Vi ønsker at prosjektet er noe alle i vår menighet kjenner godt til og får en relasjon til. Det vil derfor bli et jevnt fokus på Thailand i gudstjenester og andre sammenheng hvor vi samles. I tillegg har MR vedtatt ofring til NMS Thailand en gang i måneden.

### Thailand og NMS sitt arbeid

Blant 70 millioner innbyggere anses det at 1% er kristne. I befolkningen er det også økende forskjeller mellom rike og fattige.

Sammen med Den evangelisk-lutherske kirken i Thailand (ELCT) bidrar NMS til forebygging av menneskehandel, og vi gir støtte til fattige barn og unge. De bidrar til ledertrening og lekmannsopplæring og til bærekraftig kirkeutvikling og nettverksbygging. Nord i Thailand er de engasjert i utviklingen av regenerativt jordbruk.

Et av prosjektene Helgerud skal ha fokus på er "Forebygging av menneskehandel". Thailand er et av landene med mest menneskehandel i verden. «Sterke og trygge familier» er et prosjekt som har som mål å sikre barns rettigheter, forebygge menneskehandel og styrke familier. ELCT har stort fokus på menighetsdiakoni. Det arbeides for at menighetene skal ta en aktiv rolle for å bedre livsvilkårene for de som bor i kirkens nabolag.

I de kommende nyhetsmailene vil det stå mer om de prosjektene menigheten har spesielt fokus på. Ønsker du likevel å tjuvstarte litt på infoen? Sjekk ut [NMS.no](http://NMS.no)

---

# Bønneuka for kristen enhet

## 18.-25. januar

I år feirer vi 1700-års jubileum for det aller første økumeniske\* kirkemøtet: Kirkemøtet i Nikea i 325. Når vi da skal ha en bønneuke for nettopp kristen enhet føles det naturlig at dette perspektivet løftes fram. Temaet er hentet fra Joh 11:26: «Tror du dette?»

Bønneuka for kristen enhet har på den nordlige halvkule vanligvis blitt arrangert 18.-25. januar. I denne tiden har vi et særlig fokus på det som forener oss, ber for våre søsterkirker i andre land og søker enhet i troen på den korsfestede og oppstandne Jesus Kristus.

På 300-tallet hadde kirken akkurat kommet ut av skjul og forfølgelse, og begynte for alvor å erfare hvor vanskelig det var å dele samme tro i datidens forskjellige kulturelle og politiske sammenhenger. Det ble diskusjon om alt fra Kristi natur i forhold til Faderen, dato for påskefeiring og spørsmål om hvordan de som hadde forlatt troen under forfølgelse på nytt kunne bli del av fellesskapet.

Ut av kirkemøtet kom en trosbekjennelse som fikk sin endelige form på kirkemøtet i Konstantinopel 381, den som vi kjenner som Den nikenske trosbekjennelsen. Vi ber denne trosbekjennelsen særlig på høytidsdager. Den har en formulering jeg setter så stor pris på: vi sier ikke «jeg tror..», men «Vi tror...». Troen er til for deles! Og når vi står sammen kan vi også bære hverandre gjennom våre ulike tros- og livsfaser.

Årets tema er hentet fra Jesu utfordrende spørsmål til Marta før han vekker hennes bror Lasarus. Marta trekkes jo ofte fram som hun som velger å styre opptatt med ting når Jesus kommer på besøk. Kanskje burde vi minst like ofte ha løftet fram hennes forbilde som en av de første som bekjenner at Jesus er Guds sønn – den samme bekjennelsen Peter gir hvorpå Jesus sier: «på denne klippen vil jeg bygge min kirke» (Matt 11,17)

I år er det altså klippen fra Marta temaet er hentet fra. I stedet for nyskrevne refleksjoner for hver dag, er det refleksjoner fra kirkefedre fra ulike geografiske områder og kirkelige tradisjoner (greske, syriske, armenske og latinske), de fleste fra det første årtusen. Slik plasseres kirkemøtet i kontekstene som ga opphav til dem og som ble påvirket av dem. Hver dags forbønn og ettertanke inviterer oss til å virkeliggjøre innholdet i troen som er delt og feiret verden rundt gjennom tidene, og i den finne en grunn for takknemlighet.

Så bli med i bønn for enhet, og la deg inspirere og utfordre fra spørsmålet Jesus har stil mennesker over hele verden til alle tider: «Tror du dette?»

Tekstene finner du her: [Bibelstudium-og-bonner-2025.pdf](#)



\*Økumenikk kommer fra det greske ordet «oikoumene» som betyr «hele den bebodde verden», og kan oversettes som «samarbeid mellom kirker» samarbeid mellom kirker»